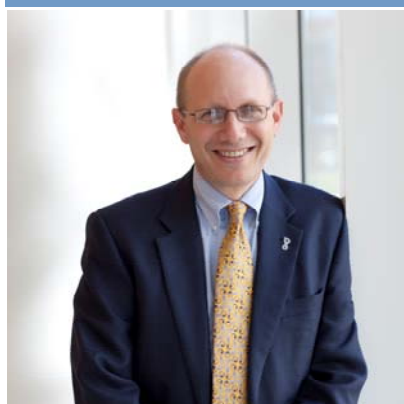


# Programa integral de apoyo para el cáncer

*Comprehensive Cancer Support Program, CCSP*



Don Rosenstein, MD  
Director, CCSP

**Bienvenido** a UNC Lineberger Comprehensive Cancer Support Program (CCSP, por sus siglas en inglés). Nuestro excelente equipo de médicos, enfermeras, asesores, voluntarios, personal de oficina y personal de apoyo trabajará para ayudarlo a usted y a su familia a encontrar lo que necesiten mientras transitan el tratamiento contra el cáncer.

El programa CCSP tiene el fin de ayudar a los pacientes y a sus cuidadores durante el tratamiento del cáncer, la recuperación y la supervivencia. Ofrecemos una variedad de programas y servicios que pueden ayudarlo durante y después de su tratamiento.\* Esperamos poder trabajar con usted.



Para más información:

[www.unclineberger.org/ccsp](http://www.unclineberger.org/ccsp)

Nuestra ubicación:

Tony Williams Lobby

Planta baja

N.C. Cancer Hospital

Para recibir actualizaciones mensuales: envíe un correo electrónico a [ccsp@med.unc.edu](mailto:ccsp@med.unc.edu) y pida unirse a la lista de correo electrónico de CCSP

## Equipo UNC Cancer Care CCSP



\*Gracias a la generosidad de nuestra comunidad, la mayoría de los servicios de CCSP son gratuitos.

# Centro de recursos para el paciente y la familia

Ubicado en la planta baja de NC Cancer Hospital, el Centro de recursos para el paciente y la familia (PFRC, en inglés) es nuestra ubicación central. El PFRC ofrece material educativo, apoyo y servicios. El personal ofrece educación para el paciente, asesoría, evaluación para la asistencia legal y financiera así como remisiones a organizaciones nacionales y locales. Llame al (984) 974-8100 para recibir más información sobre los servicios mencionados abajo.

**William G. Clark Education Center** ofrece varios recursos para ayudar a pacientes y cuidadores a aprender sobre sus enfermedades, incluyendo:

- Una biblioteca de préstamos gratuitos de libros, panfletos y recursos audiovisuales. Visite nuestro Centro o nuestra página en línea en: [www.librarything.com/catalog/UNCCancerResource](http://www.librarything.com/catalog/UNCCancerResource)
- Acceso a internet, computadoras, impresoras, faxes y copiadoras.
- Personal con conocimiento que lo conecta con servicios de apoyo específicos según sus necesidades.



**Mary Anne Long Brighter Image Boutique:** nuestra tienda tiene una variedad de artículos para cubrir la cabeza de hombres y mujeres. Alentamos a que los pacientes se comuniquen al (984) 974-8100 para programar una consulta de 30 minutos. Nuestro personal puede:

- Adaptarle una peluca u ofrecerle algunas ideas de estilo para sombreros y pañuelos para la cabeza.
- Indicarle sobre otros recursos en línea o más cerca de su casa.
- Vincularlo con el programa de la Sociedad Americana contra el Cáncer **Look Good...Feel Better Program®**, en el que voluntarios capacitados dirigen un programa de cambio de imagen paso a paso con un kit de maquillaje gratuito que se entrega a cada participante del programa.



**Relajación y relevo:** pasar por un tratamiento de cáncer puede ser confuso y cansador. Los servicios de relevo disponibles para su relajación incluyen:

- Áreas tranquilas para sentarse con reclinadores para descansar o mirar una película o TV.
- Uso de nuestra cocina para pacientes o sus cuidadores.
- Un carro de arte móvil y materiales expresivos de arte para pacientes y sus familias.
- Café todos los viernes para las familias, cada viernes de 9:00 a. m. a 11:00 a. m.



**Asistencia financiera para los pacientes que tienen cáncer:** enfrentar los costos altos del tratamiento contra el cáncer puede ser una parte estresante del tratamiento.

- El coordinador de asistencia al paciente CCSP y los trabajadores sociales de N.C. Cancer Hospital pueden ayudarlo a encontrar recursos para aliviar la carga.
- Los recursos posibles incluyen beneficios y servicio a nivel federal, estatal y local así como apoyo de fundaciones privadas.



# Servicios de salud mental y asesoría

Nuestro grupo de psiquiatras, psicólogos, asociados médicos y asesores ofrecen apoyo compasivo y administración de síntomas para el desafío que a menudo surge con el diagnóstico de cáncer. Si usted o sus seres queridos están interesados en hablar con un miembro de nuestro equipo de asesoramiento, llame al (919) 966-3494 para concertar una cita. Algunos de los servicios que ofrecemos incluyen:

- Apoyo psicosocial y asesoramiento psiquiátrico.
- Terapia individual, para parejas, familia o grupo.
- Apoyo para enfrentar las transiciones en el tratamiento.
- Apoyo para niños que tienen cáncer o niños sanos cuyos padres tienen cáncer.
- Control de la depresión, ansiedad, cambios mentales, problemas de sueño y otros síntomas causados por el cáncer y su tratamiento.



Hay disponibles **grupos de apoyo** para pacientes y cuidadores, además de programas de apoyo para pares. Los recursos y apoyo para cuidadores aparecen en línea en [www.caregivers.web.unc.edu](http://www.caregivers.web.unc.edu). Hay una lista completa de nuestros grupos de apoyo, clases y talleres en nuestro calendario, UNC Cancer Support Calendar. Solicite una copia en su próxima cita o visite [www.unclineberger.org/support-calendar](http://www.unclineberger.org/support-calendar)

## Programa de apoyo para adolescentes y adultos jóvenes que tienen cáncer

Los adolescentes y los adultos jóvenes tienen diferentes necesidades que otros pacientes que tienen cáncer. Su tratamiento contra el cáncer afecta su educación, relaciones, carreras, independencia, fecundidad y otras áreas de su vida. El programa de apoyo contra el cáncer para adolescentes y adultos jóvenes (AYA, en inglés) funciona para pacientes de 13 a 30 años. Para más información, llame a la directora de nuestro programa, Lauren Lux, al (984) 974-8686 o por correo electrónico a [Lauren.Lux@med.unc.edu](mailto:Lauren.Lux@med.unc.edu). También puede visitar el sitio [www.unclineberger.org/aya](http://www.unclineberger.org/aya). Los servicios prestados incluyen:

- apoyo individual.
- programas y eventos para pacientes AYA.
- recursos emocionales y financieros específicos para pacientes AYA
- conexiones con grupos de apoyo.



La clínica legal **The Cancer Pro Bono Legal Clinic** es un servicio gratuito mediante citas que ayuda a pacientes que tienen cáncer y a sus cuidadores a preparar documentos legales que son importantes para la futura planificación de la atención de la salud. Ofrecemos ayuda para preparar poderes generales, poderes notariales de cuidado médico y directivas avanzadas (testamento en vida). Para más información, llame al (984) 974-8112.

# Tratamiento de apoyo y manejo de los síntomas

El CCSP ofrece servicios de **tratamiento de apoyo** a cualquier paciente de UNC Cancer Care. El servicio de tratamiento de apoyo está disponible para ayudar a los pacientes a controlar los efectos secundarios del cáncer y su tratamiento. El tratamiento de apoyo se centra en conservar la calidad de vida y en controlar los síntomas. Para más información o para concertar una cita, hable con un miembro de su equipo de UNC Cancer Care. El equipo de consultas y tratamiento de apoyo ofrece atención para tratar los efectos secundarios o problemas comunes relacionados con el cáncer, tales como:

- depresión;
- ansiedad;
- dolor;
- cambios en los nervios;
- cambios en el apetito;
- náuseas o vómitos;
- efectos secundarios de los medicamentos;
- cansancio (sentirse muy cansado);
- sufrimiento emocional o espiritual;
- preocupación sobre decisiones médicas.

## Cuidado para el linfedema

El **linfedema** es una acumulación de líquido en la piel de un brazo, pierna, pecho, mamas, cabeza o cuello. El equipo de linfedema ayuda a pacientes y familias a saber cómo reconocer los signos de linfedema y a controlarlos. El linfedema sucede cuando ocurre daño en el sistema linfático y la linfa no puede moverse por el cuerpo. Esto sucede luego de un tratamiento contra el cáncer, incluyendo cirugía y radiación. El linfedema puede suceder en los primeros meses del tratamiento contra el cáncer o meses o años más tarde. El área afectada puede tener los siguientes síntomas:

- hinchazón;
- pesadez, dolor;
- menos flexibilidad;
- debilidad;
- piel tirante;
- ropa o joyas que se sienten apretadas.

Si tiene signos de linfedema, informe a su equipo de UNC Cancer Care de inmediato. El tratamiento para el linfedema variará dependiendo de la hinchazón tenga. Pida a su médico una remisión para la clínica de linfedema (Lymphedema Clinic) o llame al (984) 974-9700.



# Bienestar: nutrición y ejercicio físico

La buena **nutrición** es muy importante para las personas que tienen cáncer. La nutrición es el alimento que comemos que mantiene a nuestro cuerpo sano. El comer los alimentos correctos durante el tratamiento puede ayudarlo a sentirse mejor. N.C. Cancer Hospital cuenta con dietistas que se especializan en nutrición y atención del cáncer, y su servicio está abierto para pacientes ambulatorios. Su dietista puede ayudarlo de varios modos incluyendo:



- Alimentos que puede comer durante el tratamiento contra el cáncer.
- Vitaminas, minerales y complementos herbarios
- Consejos de alimentación saludable.
- Dietas especiales.
- Control de efectos secundarios que afectan su alimentación como llagas en la boca, cambios de sabor o náuseas.
- Aumento de su nivel de energía.
- Pérdida o aumento de peso.

Para más información o para programar una cita, llame al (984) 974-8364. Manténgase informado sobre una variedad de temas relacionados con la nutrición visitando el sitio [www.unclineberger.org/nutrition](http://www.unclineberger.org/nutrition)

El CCSP ofrece varios modos para ayudar a que los pacientes que tienen cáncer hagan **ejercicio** y estén físicamente activos. Ya sea que esté recuperando su energía o comenzando un programa nuevo de actividad física, queremos que regrese o adopte un estilo de vida saludable de manera segura.

**Get REAL & HEEL** es un programa de bienestar y ejercicios gratuito diseñado para ayudar a pacientes que tienen cáncer que han completado un tratamiento recientemente. El programa dura 16 semanas y está ubicado en el centro Get REAL & HEEL en Chapel Hill, NC. Para más información sobre este programa, llame al (919) 962-1222 o visite el sitio:

[www.getrealandheel.unc.edu](http://www.getrealandheel.unc.edu).



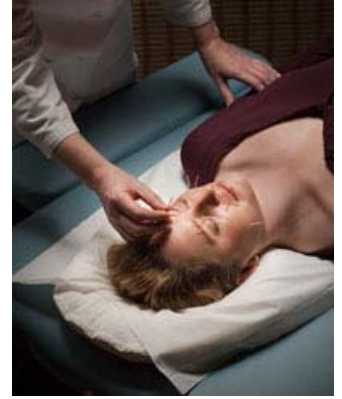
**Cancer Transitions** es un programa gratuito de 2 horas y media de duración a lo largo de 4 semanas que se dedica a ayudar a sobrevivientes de cáncer y a sus cuidadores a hacer la transición de tratamiento activo a la atención posterior al tratamiento. Algunos temas incluyen: volver a sentirse bien; alimentación saludable; supervisión y atención médica; actividad física, salud emocional y bienestar. Para más información y para inscribirse, llame al (984) 974-8100. Para acceder a más opciones sobre bienestar, visítenos en línea en [www.unclineberger.org/ccsp](http://www.unclineberger.org/ccsp)

# Medicina integral

Muchas personas que pasan por un cáncer encuentran que las terapias complementarias pueden aliviar síntomas o efectos secundarios, aliviar el dolor y mejorar sus vidas mientras reciben tratamiento. Nuestro programa complementa el tratamiento tradicional del cáncer e incluye: acupuntura, masaje terapéutico, yoga y consultas con médicos de medicina integral.

## Acupuntura

La acupuntura implica la estimulación de diferentes puntos en el cuerpo. Hay diferentes modos para lograr esto, tal como el uso de ondas de sonido, pequeñas descargas eléctricas o agujas muy delgadas. La acupuntura se usa para ayudar a aliviar el dolor, el cansancio, los sofocones, las náuseas y la sequedad en la boca. Para concertar una cita y conocer los honorarios, llame a UNC Family Medicine al (984) 974-0210 y solicite una cita con el Dr. Chen.



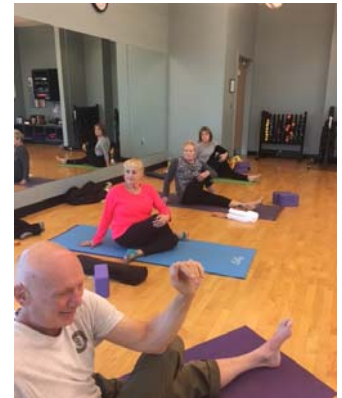
## Masaje terapéutico

El masaje puede aliviar el dolor, el estrés y el cansancio. El masaje consiste en el uso de presión suave en el cuerpo. Se puede usar con seguridad con su tratamiento regular contra el cáncer si es proporcionado por un terapeuta de masaje con licencia y con capacitación especial. Consulte con su equipo médico antes de comenzar. Para obtener más información, llame al (984) 974-8100.



## Yoga

El yoga puede ayudarlo a dormir mejor y a reducir el estrés y el cansancio. Las clases se realizan los lunes y miércoles en UNC Wellness de Meadowmont de 2:00 p. m. a 3:30 p. m. Los viernes en Wholistic Health Studio, 1000 Hackberry Lane, Durham de 10:00 a. m. a 11:30 a. m. El costo es de \$5 por sesión. Hay algunas becas disponibles. Si es nuevo en estas clases, llegue 15 minutos antes. Llame al llame al (984) 974-8100 para obtener más información.



## Consultas con médicos de medicina integral

El servicio de medicina integral puede ayudarlo a conocer más sobre las distintas terapias complementarias, y a decidir cuál es la más apropiada según sus necesidades. Durante su visita puede hablar sobre cualquier preocupación relacionada con su salud. Nosotros le hablaremos sobre cómo la medicina integral puede ayudarlo a manejar sus síntomas o efectos secundarios. También, revisaremos todo complemento dietario o vitamina que tome, y verificamos si hay algún problema entre esos complementos y sus medicamentos. La medicina integral no reemplaza su tratamiento oncológico regular. Podremos referirlo a otras terapias integrales. Para más información o para concertar una cita llame al (919) 966-3494.



# Sobrevivencia

Se llama sobreviviente de cáncer a cualquier persona que tenga cáncer desde el momento del diagnóstico y durante el resto de su vida. La sobrevivencia describe la experiencia de ir más allá del diagnóstico de cáncer y de su tratamiento hacia el bienestar. Cuando usted llega al final de su tratamiento, puede sentirse inseguro de lo que ocurrirá después. Es común tener varias preguntas tales como:

- ¿Qué debo hacer ahora?
- ¿Cómo puedo seguir sano?
- ¿Regresará mi cáncer?
- ¿Cuáles serán los efectos secundarios del tratamiento?

El programa de sobrevivencia de UNC podrá ayudarlo a contestar estas preguntas. Pregúntele a su médico o enfermera sobre su plan de atención de sobrevivientes en su próxima visita si aún no ha recibido uno.



Para más información sobre la sobrevivencia o para solicitar una visita a la clínica de sobrevivencia, llame al (984) 974-0000.

**Los planes de atención de sobrevivencia y las visitas a la clínica** pueden ayudarlo con la transición de pasar de nuevo a la vida diaria después del cáncer al:

- Abordar toda preocupación física y emocional que tenga luego de su tratamiento contra el cáncer.
- Ayudarlo a comprender el tratamiento que recibió y los efectos secundarios que tenga como consecuencia del tratamiento.
- Hacer recomendaciones para recibir atención de seguimiento, llamada vigilancia, tales como controles con su médico.
- Desarrollar un plan de acción personalizado para lograr una vida saludable y mejorar su calidad de vida.
- Ayudarlo a volver a su proveedor de atención de la salud de la comunidad al entregarle un resumen de su tratamiento contra el cáncer y un plan de atención de sobrevivencia.

## Consejo asesor de pacientes y familias

¿Está interesado en participar en N.C. Cancer Hospital?

El consejo asesor de pacientes y familias, Patient and Family Advisory Council (PFAC, en inglés), es un equipo de pacientes, cuidadores y personal que trabajan juntos para garantizar que los pacientes de UNC Cancer Care reciban el nivel más alto de atención de la salud. Los miembros del consejo participan:

- Teniendo un papel vital en varios consejos del hospital.
- Revisando los programas de apoyo y educativos además de enseñando al personal y a los estudiantes.
- Desarrollando programas e iniciativas nuevas.
- Promocionando la atención centrada en el paciente y la familia.

Si está interesado en ser asesor de pacientes, comuníquese con Loretta Muss al (984) 974-8107.

Si está interesado en otras oportunidades de voluntariado, comuníquese con la oficina de voluntarios al (984) 974-4793.

# Otros recursos locales y de UNC

Nombre del servicio de asistencia	Descripción	Información de contacto
Programa de genética del cáncer	Ofrece asesoramiento y atención a pacientes y familias que puedan tener un riesgo aumentado de tener cáncer.	(919) 843-8724
Care Pages	El sitio web de CarePages es un servicio gratuito para pacientes que conecta amigos y familia durante un evento de salud que hacer cambiar la vida.	<a href="http://www.carepages.com/unchealthcare">www.carepages.com/unchealthcare</a>
Sitio Web de cuidadores	Apoyo y recursos para familiares y amigos que cuidan a los pacientes en el NC Cancer Hospital	<a href="http://caregivers.web.unc.edu">caregivers.web.unc.edu</a>
Cornucopia Cancer Support Center	Centro local que ofrece asistencia y recursos gratuitos a toda persona afectada por el cáncer.	<a href="http://www.cancersupport4u.org">www.cancersupport4u.org</a> (919) 401-9333
Programa de preservación de la fecundidad	Ofrece tratamiento para las mujeres y hombres en edad reproductiva que están comenzando un tratamiento que amenaza su fertilidad futura.	(877) 338-4693
Asistencia financiera	Si no tiene seguro médico o está preocupado sobre el pago de sus facturas médicas, llame a nuestros asesores de asistencia financiera. Todos los servicios son privados.	(919) 966-3425
Health Sciences Library	Los bibliotecarios de la Health Sciences Library pueden ayudarlo a encontrar información de lo que usted necesite.	<a href="http://www.asklib.hsl.unc.edu">www.asklib.hsl.unc.edu</a> (919) 962-0800
Lotsa Helping Hands	Sitio web que ayuda a familias y comunidades a apoyar a un ser querido durante el momento de una enfermedad.	<a href="http://www.lotsahelpinghands.com">www.lotsahelpinghands.com</a>
Programa de dependencia de la nicotina	Para pacientes que usan tabaco y están interesados en hablar con alguien para intentar dejarlo.	<a href="http://www.ndp.unc.edu">www.ndp.unc.edu</a> (984) 974-8453
Atención religiosa	Los capellanes están disponibles en UNC todo el día, y todos los días. Podrá encontrar un espacio sagrado disponible en nuestra capilla y nuestra sala de meditación.	(984) 974-4021
Programa de asistencia farmacéutica	Para pacientes que tienen preocupaciones relacionadas con el pago de los medicamentos durante un tratamiento. Todas las conversaciones al respecto son privadas.	(919) 966-7690
SECU Family House	Alojamiento de bajo costo para pacientes adultos de UNC Hospitals, su familia y sus cuidadores. Para alojarse en SECU, debe tener una derivación de un miembro del equipo de UNC Cancer Care.	<a href="http://www.secufamilyhouse.org">www.secufamilyhouse.org</a> (919) 932-8000
Trabajo social	Los servicios de trabajo social de UNC pueden ayudarlo a enfrentar su enfermedad y su tratamiento, encontrar ayuda cerca de su casa y ayudarlo a administrar los costos de su atención.	Para pacientes que son: adultos: (984) 974-5194 niños: (984) 974-5157

Encuentre una lista completa de nuestros grupos de apoyo y servicios a pacientes que tienen cáncer en línea en:

[www.unclineberger.org/ccsp](http://www.unclineberger.org/ccsp)