

NEW YORK CANCER & BLOOD SPECIALISTS

MAYO 2024

SPECIALIST

BOLETÍN INFORMATIVO

Pág 14

LA IMPORTANCIA DE LA PRESENCIA DE LA COMUNIDAD



Núm 04

EDICIÓN DESTACADOS

5 Mes Nacional del Control del Cáncer

10 El importante papel de una enfermera de oncología en la atención del cáncer

16 Cómo las canciones inspiran a las mujeres durante el cáncer



Mensaje del

CEO

Amigos,

Mientras damos la bienvenida al calor de la primavera, el enfoque en la salud está en pleno apogeo. A lo largo del mes de mayo, celebramos importantes celebraciones nacionales que destacan los avances en la atención del cáncer, los ensayos clínicos, la salud de la mujer y la salud mental. También es un momento para honrar a nuestras enfermeras de oncología que lo apoyan todo. Estoy orgulloso y agradecido de trabajar junto a estas personas dedicadas, que están ayudando a avanzar en nuestra misión de acercar la atención oncológica de primer nivel a nuestros pacientes, más cerca de sus hogares.

Durante el Mes de la Enfermería Oncológica, rendimos homenaje a nuestras enfermeras de oncología, cuyas invaluable contribuciones, dedicación inquebrantable y atención compasiva forman la piedra angular de la experiencia del paciente. Su experiencia, empatía y defensa ejemplifican el profundo impacto de la enfermería en oncología y nos inspiran a todos a mantener los más altos estándares de atención centrada en el paciente.

Además, esta edición explora el papel vital de la presencia comunitaria en la atención del cáncer y cómo las redes de apoyo locales, las iniciativas de base y las asociaciones de colaboración fortalecen el apoyo a las personas y familias que enfrentan el cáncer.

Si bien celebramos a las mujeres en nuestras vidas este mes, nuestro objetivo es empoderarlas para que tomen el control de su salud y bienestar. El Dr. David Eagle y el Dr. Paul Lograno abordan el cáncer de cuello uterino y la salud de la mujer, enfatizando la importancia crítica de las pruebas de detección, la vacunación y la educación. Además, reconocemos la intersección entre la concientización sobre la salud mental y el afrontamiento de un diagnóstico de cáncer.

Nuestro equipo siempre está aquí para apoyarlo, ofreciéndole atención compasiva y orientación adaptada a sus necesidades, en cada paso del camino.

Un cordial saludo,
DR. V



Sección 1

SALUD

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

7

8

11

12



Mes nacional del control del cáncer

Abril es el Mes Nacional del Control del Cáncer, un momento para crear conciencia sobre la prevención del cáncer, la detección temprana, la mejora de los tratamientos contra el cáncer, el aumento de la tasa de supervivencia del cáncer y la mejora de la calidad de vida de las personas que viven con cáncer. Fundado en abril de 1943 por el presidente Franklin D. Roosevelt, el Mes del Control del Cáncer sirve como un momento para apoyar a los pacientes que viven con cáncer y honrar aquellos sobrevivientes del cáncer.

Prevención del cáncer

Los estudios demuestran que entre el 30 y el 50% de todos los casos de cáncer se pueden prevenir. Reducir la exposición a los factores de riesgo de cáncer y la detección temprana son pasos cruciales para la prevención del cáncer. La prevención del cáncer proporciona la estrategia a largo plazo más rentable para controlar el cáncer.

Detección temprana del cáncer

La detección temprana del cáncer aumenta la probabilidad de lograr un tratamiento exitoso contra el cáncer. Realizarse exámenes de detección, imágenes, exámenes y pruebas periódicas para detectar cáncer es un paso importante que debe tomar para ayudar a protegerse y ser proactivo en la detección temprana. Los exámenes de detección del cáncer ayudan a los médicos a detectar y tratar varios tipos de cáncer en etapas tempranas, antes de que causen síntomas graves y progresen.

Mejorando los tratamientos del cáncer

No todos los cánceres se pueden prevenir, por lo que centrarse en la investigación del cáncer y mejorar los tratamientos contra el cáncer es fundamental para salvar vidas. Las opciones de tratamiento incluyen quimioterapia, inmunoterapia, terapia dirigida, cirugía, medicamentos contra el cáncer, radioterapia y ensayos clínicos.

Aumento de la tasa de supervivencia del cáncer

La atención de supervivencia tiene como objetivo crear planes integrales para rastrear la recurrencia del cáncer, detectar nuevos cánceres y controlar los efectos secundarios del tratamiento del cáncer para apoyar la supervivencia del cáncer y ayudar a aumentar la tasa de supervivencia del cáncer.

Mejorar la calidad de vida de las personas que viven con cáncer

Los cuidados paliativos son un componente clave de la atención del cáncer y desempeñan un papel fundamental en la mejora de la calidad de vida de los pacientes con cáncer y sus familias.

Referencias:

[CDC: Cancer](#)

[World Health Organization: Cancer](#)

[NFCR: Cancer Control Month – How You Can Make a Difference](#)

[NIH: National Cancer Institute: Cancer Stat Facts: Cancer of Any Site](#)

Cáncer de cuello uterino & salud de la mujer

Por: New York Cancer & Blood Specialists & New York Health



Dr. David A. Eagle

Oncología Médica y Hematología



Dr. Paul L. Lograno

Obstetra y ginecólogo

New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS) y NY Health tienen como objetivo hacer que la atención de alta calidad para mujeres sea accesible para todos dentro de nuestra comunidad.

En conmemoración del Mes de la Salud de la Mujer, el oncólogo de NYCBS, David Eagle, MD, y el obstetra/ginecólogo de NY Health, Paul Lograno, MD, analizan la importancia de la detección temprana del cáncer de cuello uterino y la atención integral en la salud de la mujer.

"El cáncer de cuello uterino ocupa el tercer lugar entre los cánceres ginecológicos más comunes en los Estados Unidos", dijo el Dr. Eagle. "A pesar de décadas de disminución, ha habido un ligero aumento de casos en los últimos diez años, lo que enfatiza la importancia crítica de la prevención y la detección temprana mediante pruebas de detección".

La causa principal del cáncer de cuello uterino es el virus del papiloma humano (VPH). Afortunadamente, ahora hay vacunas disponibles para prevenir la infección por VPH y reducir el riesgo de desarrollar cáncer. Es notable que estas vacunas no sólo protegen contra las infecciones sino que también ofrecen defensa contra el cáncer. Además, se sabe que el VPH está relacionado con otros cánceres, incluido el de cabeza y cuello. Como resultado, se recomienda encarecidamente que tanto las niñas como los niños de 11 a 12 años reciban la vacuna contra el VPH.

Además de la vacunación, las pruebas de detección desempeñan un papel vital en la prevención del cáncer de cuello

uterino. Al identificar células anormales antes de que se vuelvan cancerosas, la detección permite una intervención y un tratamiento oportunos. Se pueden emplear varios métodos para eliminar estas células anormales, evitando la progresión a una afección más grave. Las pruebas de detección suelen comenzar entre los 21 y los 25 años.

Para aquellas mujeres que desarrollan cánceres avanzados a pesar de las pruebas de detección, se han logrado avances médicos sustanciales. Para el cáncer de tamaño considerable pero localizado, se pueden combinar quimioterapia, inmunoterapia y radioterapia para curarlo.

"La detección temprana es clave para un tratamiento exitoso", dijo el Dr. Lograno. "Los exámenes pélvicos periódicos también pueden detectar cáncer de ovario.

Más allá del cáncer, la salud sexual y reproductiva es un aspecto integral del bienestar general de las mujeres. "Tomar el control de tu salud sexual y reproductiva es empoderante. Ya sea atención prenatal durante el embarazo o controles periódicos, priorizar tu salud garantiza una mejor calidad de vida", afirmó el Dr. Lograno.

Para hacer una cita en NYCBS, llame al **1-833-CANCER9**. TPara programar una cita de obstetricia y ginecología con el Dr. Lograno en NY Health, llame al **631-473-7171**.



CLICK PARA
ACCEDER A
LOS ENSAYOS
CLÍNICOS

¿Qué saber sobre la participación en un ensayo clínico?

Abril es el Mes Nacional del Control del Cáncer, un momento para crear conciencia sobre la prevención del cáncer, la detección temprana, la mejora de los tratamientos contra el cáncer, el aumento de la tasa de supervivencia del cáncer y la mejora de la calidad de vida de las personas que viven con cáncer. Los ensayos clínicos sobre el cáncer desempeñan un papel fundamental en la prevención del cáncer, el avance de la investigación del cáncer y la mejora de los resultados del tratamiento. Descubre los diferentes tipos de ensayos clínicos y lo que debe saber antes de unirse a uno.

¿Qué son los ensayos clínicos?

Los ensayos clínicos son estudios de investigación que prueban nuevas formas de tratar el cáncer, aliviar los síntomas, efectos secundarios y prevenir el cáncer. Estos ensayos estudian la eficacia y seguridad de medicamentos o tratamientos. Los ensayos clínicos ayudan a los médicos a descubrir formas más eficaces de tratar el cáncer y mejorar la calidad de vida de los pacientes con cáncer. Su objetivo es atacar cualquier célula cancerosa que no se pueda ver. Estas células permanecen en la mama o pueden haberse diseminado a otras partes del cuerpo. En algunos casos, los pacientes con TNBC se someten a quimioterapia antes de la cirugía para reducir el tamaño del cáncer.

Diferentes tipos de ensayos clínicos sobre cáncer

Se están realizando varios ensayos clínicos, incluidos ensayos de tratamiento, prevención, detección, cuidados de apoyo y cuidados paliativos.

Preguntas por hacer

- ¿Por qué se realiza este ensayo clínico?
- ¿En qué fase se encuentra este ensayo clínico?
- ¿Cuánto durará este ensayo clínico?
- ¿Cuáles son los beneficios y riesgos de participar en un ensayo clínico?
- ¿Soy elegible para participar?
- ¿Qué debo hacer si estoy en un ensayo clínico?
- ¿Sabré qué tratamiento recibo?
- ¿Qué efectos secundarios puedo esperar del tratamiento del ensayo?
- ¿Podré conocer los resultados del ensayo clínico?
- ¿Puedo abandonar un ensayo clínico?

Si está considerando participar en un ensayo clínico, analice los beneficios y riesgos, y cualquier otra pregunta que pueda tener con su equipo de atención oncológica.

Fuertes:

NIH: National Cancer Institute: [What Are Clinical Trials?](#)
American Cancer Society: [Deciding Whether to Be Part of a Clinical Trial](#)

El importante rol de una enfermera de oncología en el cuidado del cáncer

Mayo es reconocido como el mes de la enfermería oncológica, un momento para celebrar a las enfermeras de oncología por el papel compasivo, dedicado y significativo que desempeñan en la atención al paciente. El tema de este año, Empoderar la esperanza, transformar la atención, arroja luz sobre los esfuerzos compasivos que las enfermeras de oncología contribuyen a redefinir la atención del cáncer. La enfermería oncológica es uno de los campos de la enfermería más desafiantes y gratificantes. Las enfermeras de oncología están presentes durante cada paso del proceso del cáncer y están ahí para educarlo, defenderlo y apoyarlo a usted, a su familia y a sus cuidadores. Aunque mayo se celebra como el Mes de la Enfermería Oncológica, todos los días celebramos a nuestras enfermeras de Oncología en New York Cancer & Blood Specialists por su increíble impacto en el tratamiento y la atención de los pacientes con cáncer, y la diferencia que marcan en la vida de nuestros pacientes.

Las enfermeras de oncología son miembros integrales del equipo de atención del cáncer y trabajan en una variedad de funciones y entornos. Según la sociedad de enfermería oncológica, la mayoría de los miembros de la sociedad de enfermería oncológica participan en la atención directa del paciente: el 43% trabaja en un sistema hospitalario, el 24% en un entorno de atención ambulatoria o ambulatoria, el 11% en el consultorio de un médico y el 3% en cuidados paliativos o en el hogar. Las enfermeras de oncología pueden ejercer en oncología médica, oncología quirúrgica, oncología radioterápica, oncología ginecológica u oncología pediátrica.

Las enfermeras de oncología son un rayo de esperanza y una fuente de fortaleza para sus pacientes. Son líderes en la atención del cáncer y ayudan a optimizar la calidad de vida de sus pacientes. Desde brindar educación hasta explicar un diagnóstico de cáncer, garantizar la administración segura de tratamientos contra el cáncer, ayudar a controlar los síntomas y brindar consuelo durante el proceso del cáncer, las enfermeras de oncología están presentes en cada paso del camino. Las enfermeras de oncología son el eje que desempeña un papel crucial en la coordinación, comunicación y colaboración con el equipo de atención del paciente.

El papel de una enfermera de oncología incluye:

La evaluación del paciente

Educación del paciente

Coordinación de atención al paciente.

Atención directa al paciente

Manejo de síntomas

Cuidados de apoyo

Fuentes:

[NIH: Role of the Oncology Nurse](#)

[Cancer.Net: How Your Oncology Nurse Can Help You During Cancer](#)

01



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

La importancia de la presencia comunitaria

Por: MaryAnn Fragola, DNP, Jefa de Servicios de Bienestar

Por años, el hipódromo de Riverhead, construido en 1949, ha sido un elemento básico en la comunidad como una de las pistas de carreras de autos stock más antiguas de los Estados Unidos. El hipódromo alberga múltiples divisiones de carreras y eventos especiales cada fin de semana, incluidos recorridos modificados de NASCAR, enduro, derbis de demolición, figuras en 8 de autobuses escolares y demoliciones, camiones monstruo y competencias especiales, lo que lo convierte en un lugar ideal para familias.

La pasión de Michael Fragola Jr. por los automóviles, las camionetas y todo lo relacionado con las carreras lo acompaña desde su infancia. Probablemente fue el niño más joven en suscribirse a la revista Car and Driver, y se aprendió de memoria las marcas y modelos de todos los coches observando las fotografías y las luces traseras. Nada le gustaba más que estar en exhibiciones de autos y en pistas de carreras. Lo que comenzó como un evento divertido de ver la demolición de un autobús, pronto se convirtió en una tradición anual para pasar tiempo de calidad juntos. Michael mostró interés en el equipo de estos eventos y finalmente fue detrás de la pista a "la parada en boxes" después de la carrera. Poco a poco se imaginó a sí mismo persiguiendo ese sueño y convirtiéndose en conductor.

Su objetivo se hizo realidad en la primavera de 2023, cuando construyó su propio coche de resistencia y comenzó su sueño de competir. Durante su primer año, comenzó con el motor de 4 cilindros "gut & go" y aprendió que a veces el camino a seguir es lento y constante.



Cada carrera alimentó su deseo de hacer más y le brindó la alegría de conocer personas que compartían las mismas pasiones. Después de las carreras, se hacía fotos con los espectadores y permitía que los niños se sentaran en el coche, sobre todo si se había estrellado. Con el tiempo, vio lo importante que es la comunidad.

Este año, al ascender un poco en la clase, Michael Jr. reconoce la importancia no solo de la presencia comunitaria sino también del apoyo comunitario. Al solicitar patrocinio, su objetivo es promover la importancia de su pasión por las carreras. Cuando se le pregunta qué lo inspira además de su pasión de toda la vida por los autos, recuerda los recuerdos que pasó con su abuelo y siempre planeó perseguir la visión de su futuro en las carreras. Hablaban a menudo de ir a la pista y de que su empresa lo patrocinara cuando tuviera la edad suficiente. Lamentablemente, su abuelo perdió la carrera contra el cáncer hace diez años. Siendo un ex paciente de New York Cancer &

Blood Specialists (NYCBS), vio cuán vital era la atención de calidad contra el cáncer y cómo todos lo tratábamos, como si fuera parte de una familia. Al ver su infancia impactada por el cáncer, sintió que era importante perseguir el sueño que había planeado con su abuelo y honrarlo a él, a su memoria y a la increíble relación que tenían mientras continuaban cumpliendo lo que más significaba para ellos.

Michael Jr. sabe y comprende cómo el cáncer puede afectar a una familia. Él ve la dedicación de los proveedores

Estos eventos están ubicados donde nuestros pacientes viven y trabajan. Estar presente e involucrado allí es una parte esencial del sentimiento de comunidad: nos humaniza con humildad. He interactuado con los pacientes y sus familias en estos eventos, y esa conexión humana fortalece aún más el vínculo.

Agradecemos sinceramente al Dr. Vacirca y a todo NYCBS por apoyar a nuestra comunidad.



de NYCBS a la vida de nuestros pacientes y que nos extendemos fuera del trabajo. Es por eso que Michael Jr. eligió que NYCBS estuviera representado en su auto de carreras. En cada carrera, cuando anuncian a NYCBS como su patrocinador, siente orgullo y honor al honrar la memoria de sus seres queridos, sabiendo que está viviendo el sueño que su abuelo quería que hiciera realidad.

Estamos muy agradecidos por el apoyo de NYCBS para crear conciencia pública sobre el cáncer y la dedicación a valores que son importantes para sus creencias.

Tengo la suerte de tener la oportunidad de compartir esta historia, pero la conclusión es que no minimiza la importancia de nuestra presencia en nuestra comunidad.



Cómo las canciones inspiran a las mujeres durante el cáncer

Por: Wendy Kaplan, MS, RDN, CSO, CDCES, CDN, Director de Servicios Nutricionales

El viernes 5 de abril de 2024, Nueva York experimentó un terremoto de magnitud 4,8, seguido con varias repeticiones. Afortunadamente los daños fueron mínimos. Sobrevivir a un terremoto es como sortear las repeticiones que a veces siguen al terremoto inicial. De manera similar, la supervivencia al cáncer es un viaje lleno de desafíos e incertidumbres inesperados después del tratamiento. Ambas experiencias requieren resiliencia, adaptación y apoyo para superar los impactos actuales y ayudar a reconstruir una sensación de estabilidad.

En New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS), nuestro Grupo de apoyo para mujeres contra el cáncer se reúne una vez por mes y sirve como un recurso vital para las personas que enfrentan estos desafíos. El grupo se ha convertido en algo más que una reunión mensual; realmente satisface la necesidad de apoyo emocional y crea conexiones significativas. Cada semana, exploramos un tema a través de debates y actividades. Nuestra última reunión se centró en canciones inspiradoras y en cómo pueden brindar consuelo, motivación y apoyo emocional a las personas en todas las etapas de la trayectoria del cáncer.

A continuación se muestran algunas formas en que las canciones inspiradoras pueden ayudar:

Soporte emocional: La música tiene el poder de evocar emociones y puede servir como fuente de consuelo para las personas que enfrentan los desafíos del tratamiento del cáncer. Las canciones inspiradoras con letras edificantes pueden ayudar a levantar el ánimo y brindar esperanza en tiempos difíciles.

Motivación y Fuerza: El tratamiento del cáncer puede ser agotador física y emocionalmente. Las canciones inspiradoras con mensajes empoderadores pueden motivar a las personas a mantenerse fuertes, perseverar durante el tratamiento y mantener una mentalidad positiva.

Escapismo y Relajación: La música tiene la capacidad de transportar a los individuos a un espacio mental diferente. Escuchar canciones inspiradoras puede ofrecer un escape temporal de los desafíos del tratamiento del cáncer.

Conexión y comunidad: La música es un lenguaje universal que puede crear una sensación de conexión y unidad. Las canciones inspiradoras con temas de resiliencia y superación de la adversidad pueden resonar en las personas que atraviesan un tratamiento contra el cáncer, fomentando un sentido de comunidad y experiencia compartida.

Estímulo y positividad: Las canciones inspiradoras a menudo transmiten mensajes de esperanza, coraje y positividad. Al escuchar canciones que transmiten estos sentimientos, las personas que reciben tratamiento contra el cáncer pueden encontrar aliento, ánimo y una renovada sensación de optimismo (incluso después de un buen llanto). Puede que sea lo que alguien necesita para pasar el día.

Conexión Mente-Cuerpo: Las investigaciones han demostrado que la música puede tener un impacto positivo en el bienestar físico y mental. Las canciones inspiradoras pueden ayudar a reducir los niveles de estrés, ansiedad y dolor, promoviendo una sensación de bienestar durante el tratamiento del cáncer.

Aquí tenemos algunas canciones **favoritas** de quienes asisten a **nuestro grupo de apoyo:**

Whitney Houston - I Didn't Know My Own Strength

Destiny's Child - Survivor

Grateful Dead - Touch of Grey

Tasha Cobbs - Put A Praise On It and Counting My Blessings

Neil Young - Long May You Run

Byron Cage - The Presence of The Lord Is Here

Green Day - Good Riddance

Maranda Curtis - You Are My Strength and You're a

Healer - The Lord's Song

En general, el poder de las canciones inspiradoras radica en su capacidad para tocar el corazón, elevar el espíritu y brindar consuelo a las personas que atraviesan las complejidades del tratamiento del cáncer. Ya sea para encontrar consuelo en las letras, sacar fuerza de las melodías o conectarse con otros a través de experiencias musicales compartidas, las canciones inspiradoras pueden servir como una herramienta valiosa en el viaje.

¿Qué canciones le resuenan?

Envíe un correo electrónico a wkaplan@nycancer.com con sus canciones favoritas y cualquier consulta que pueda tener sobre nuestro Grupo de apoyo para mujeres contra el cáncer.



Consejos que le ayudarán a superar su Diagnóstico de cáncer

Por: Jacqueline Schomber, PsyD

Director jefe de salud conductual

1. Escriba lo que necesita más en este momento

Date tiempo para procesar nueva información y emociones desafiantes.

2. Construya un equipo de atención de apoyo

Su equipo de atención puede incluir a sus médicos, enfermeras y otros profesionales de la salud. Es importante que se sienta cómodo y bien apoyado por los miembros de su equipo. Hágales saber si tiene alguna pregunta o inquietud sobre su plan de tratamiento. Si le resulta difícil comunicarse con ellos o no está satisfecho con la atención que brindan, dígalo. Nadie conoce mejor su cuerpo que usted y educarse en como defenderlo es importante.

3. Comuníquese con familiares y amigos para obtener apoyo emocional y práctico.

Trate de ser abierto acerca de sus sentimientos y miedos con ellos. Está bien sentirse frustrado o enojado. También está bien querer tomarse un descanso de hablar sobre su diagnóstico. Hágales saber a sus familiares y amigos que no está de humor para discutirlo.

4. Visite a un profesional de salud mental o únase a un grupo de apoyo.

Si es posible, trate de encontrar un profesional de salud mental con experiencia en el tratamiento de personas con cáncer; esto puede ser más útil que alguien que no lo haga, ya que lo más probable es que no tenga que perder tiempo ni energía poniéndolos al día con los conceptos básicos. Conocemos el idioma y estamos listos para ofrecer apoyo y ayuda.

5. Asuma un papel proactivo en su atención

Hay muchas cosas que no puedes controlar sobre tu diagnóstico de cáncer. Centrarse en las cosas que puede controlar y asumir un papel proactivo en su atención puede ayudarle a sentirse menos impotente. Esto podría consistir en programar sus propias citas, realizar un seguimiento de sus registros médicos, etc.

6. Practique el manejo del estrés

Es difícil evitar el estrés por completo, pero limitar las fuentes de estrés puede ayudar a controlar la depresión, la ansiedad y otros problemas de salud mental. También tiene un efecto positivo sobre la presión arterial y la salud en general. Algunos ejercicios para aliviar el estrés incluyen ejercicios de respiración, medicamentos, tai chi, baños calientes y música relajante.

7. Muevase regularmente

Incluso los ejercicios de bajo impacto, como caminar, estirarse y hacer aeróbic acuático, son excelentes para liberar endorfinas.

8. Consuma una dieta bien equilibrada

Llevar una dieta bien equilibrada puede ayudar a respaldar su bienestar físico y mental.

9. Mantente activo en tu comunidad

Participar en actividades comunitarias puede ayudar a limitar los sentimientos de soledad y aislamiento y, al mismo tiempo, ayudarle a mantenerse activo física y socialmente.

10. Busque alegría y significado en la vida.

¿Qué le da alegría en la vida? ¿Qué ayuda a que su vida tenga sentido? Encontrar fuentes de alegría y significado puede ayudar a brindar consuelo y desarrollar resiliencia. A algunas personas les resulta útil desarrollar la práctica de la gratitud, como escribir las cosas por las que están agradecidos cada día. Por ejemplo, una pieza de fruta madura que disfrutaste en el desayuno. Esto a menudo nos ayuda a apreciar fuentes sencillas de alegría y consuelo.

Sección

3

BOLETÍN

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

27

28

29

30

31

32

33





Los beneficios de incorporar el arte zentangle en el tratamiento del cáncer

Por Randi Padover, LCSW-R, CASAC, CZT

Zentangle es un método artístico y meditativo que cualquiera puede realizar. Los patrones se crean mediante el uso de "enredos". Los enredos se crean mediante combinaciones simples de puntos, líneas, curvas, curvas en S y orbes. Fue creado alrededor de 2003 por Rick y Maria Roberts.

María, una ilustradora botánica y calígrafa, estaba trabajando en su estudio cuando su compañero Rick notó que ella entraba en un estado de fluidez similar al trance mientras trabajaba. Rick, un ávido meditador, observó que esto producía los mismos resultados que la meditación profunda. Ambos notaron que los patrones que usó para ilustrar las letras en las que trabajó estaban compuestos de formas y líneas simples que casi cualquiera podría replicar. Se dieron cuenta de que dividir estos "enredos" en "pasos" simples significaba que cualquiera que se involucrara en esto también podría replicar este estado de flujo meditativo y al mismo tiempo poder crear hermosas obras de arte sin ningún entrenamiento artístico formal.

La belleza de Zentangle radica en la premisa de que no hay errores y no se necesita experiencia previa para poder crear resultados hermosos e inesperados, y se puede hacer en menos de 15 minutos. En Zentangle dibujamos con gratitud y aprecio por el arte que estamos creando. Casi todas las personas que prueban el Método Zentangle descubren que tienen esta habilidad, incluso aquellos que creen que no saben dibujar. Debido a esto, Zentangle es ideal para usar como modalidad en muchas necesidades, desde desarrollar la confianza en uno mismo hasta afrontar diversos problemas.

En lo que respecta al uso de Zentangle para afrontar el cáncer, esta técnica se puede aplicar de varias maneras:

- Para afrontar el estrés emocional (ansiedad, tristeza, miedo)
- Para la distracción durante el tratamiento
- Para crear una sensación de calma, como un estado meditativo.
- Para mejorar la confianza
- Para ayudar a reconstruir un sentido de identidad que puede cambiar con una enfermedad grave

Otros beneficios de esta modalidad incluyen que se puede realizar fácilmente sobre la marcha y se puede realizar solo o con otros creadores, lo que permite a la persona unirse a una comunidad de creativos.

El método Zentangle funciona porque:

- Es divertido
- Es sencillo de aprender
- Cada trazo es fácil de aprender
- No hay errores
- No hay resultados planificados previamente, pero siempre sabes qué hacer a continuación.

El resultado es inesperado y hermoso....www.zentangle.com.

Próximos eventos

¿dónde estará nuestra furgoneta?

Sábado, 25 de mayo & domingo, 26 de mayo

Bethpage Air Show

¡Únase a NYCBS en el stand del Bethpage Air Show este año! Este evento atrae a más de cien mil asistentes a Jones Beach cada año para dar inicio al fin de semana del Día de los Caídos, ¡y estamos muy emocionados de ser parte nuevamente!

Miércoles, 29 de mayo

Día del Adulto Mayor Activo

NYCBS participa en el Día Anual de Adultos Mayores Activos de Great South Bay YMCA. Nuestro equipo tendrá la oportunidad de brindar información sobre los amplios servicios de NYCBS a la comunidad de Bay Shore.

Sábado, 1.º de junio

Corre por una causa: 5 km en memoria de Judi

NYCBS espera participar en la Carrera por una causa de este año: ¡5 km en memoria de Judi! Las ganancias de esta carrera benefician a las personas locales afectadas por el cáncer de mama y nos permiten brindarles a todos los asistentes información sobre la amplia gama de servicios de NYCBS.

Domingo, 2 de junio

Marcha del orgullo en Queens

¡NYCBS será parte del evento Queens Pride de este año en Jackson Heights! Este es el segundo desfile del orgullo gay más antiguo y el segundo más grande de Nueva York. Participaremos en el desfile y tendremos un stand en el festival.

Domingo, 9 de junio

Marcha del orgullo en Long Island

¡Por segundo año, NYCBS estará en Long Island Pride en Huntington! Participaremos tanto en el desfile como en el festival y esperamos tener otro gran año en este evento.



“

Reseñas de los médicos

Rocco Caruso, MD

"El Dr. Caruso se tomó el tiempo para decirme cuál era mi problema y una solución para él de una manera que pudiera entender y sentirme seguro de que él sabe de lo que está hablando. Es muy compasivo y se toma su tiempo para responder cualquiera de sus preguntas".

John E.

Shahzaib Nabi, MD

"Para mí, el Doctor Nabi ha sido el mejor médico que me ha tratado y se preocupa mucho por mi estado de salud".

Yazmin G.

George Cyriac, MD

"He estado viendo al Dr. Cyriac durante aproximadamente dos años y medio y no podría estar más feliz con mi atención. Es muy atento y tiene un excelente trato con los pacientes que me hace sentir muy cómodo. El personal no solo es educado sino también muy profesional. y siempre dispuesto a ayudar. Nunca he experimentado una espera de más de 15 minutos".

Virginia B.

Joshua Harris, MD

"El Dr. Harris fue muy profesional, muy atento y me explicó las cosas. Me alegró mucho de haber concertado mi cita con él. Es un médico maravilloso".

Janet O.

Steven Gruenstein, MD

"El Dr. Gruenstein es tan compasivo con sus pacientes que les muestra un cuidado genuino desde el momento en que entras al consultorio hasta el momento en que sales. ¡Tiene gestos médicos que ya no se ven!"

Harry P.

Felicidades a nuestros empleados del mes

Marzo

Judith Storm, LPN

Judith ha sido enfermera práctica autorizada (LPN) del Dr. Dwight De Risi durante seis años y enfermera durante nueve años. También es licenciada en Justicia Penal y es peluquera desde hace 30 años. Entre sus muchas aficiones se encuentran la jardinería, el lenguaje de señas, ser fuente de inspiración para sus tres hijas y motivarlas a alcanzar siempre sus sueños y metas. Judith actualmente está en la escuela de enfermería para obtener su título de Enfermera Registrada.

"Me conmueve mucho recibir este reconocimiento, especialmente por parte del Dr. De Risi. En general, creo que fui reconocido por mi amor y compasión hacia mis pacientes. Ser reconocido significa mucho para mí. Demuestra que mi arduo trabajo y dedicación a este trabajo no han pasado desapercibidos".



Abril

Jamie Gordon

Jamie es la gerente de cinco de nuestras oficinas de Atención Primaria. Tiene 20 años de experiencia en Atención Primaria y disfruta mucho con lo que hace cada día. Jamie dirige cada oficina para que sea lo mejor posible. La enorgullece ver a los empleados crecer en sus funciones y ser promovidos dentro de la organización. Cuando Jamie no está supervisando las oficinas, le gusta pasar tiempo con su familia y se le puede encontrar en el campo de fútbol con sus dos hijos. También le gusta cocinar y hornear.

"Realmente significa mucho para mí recibir este reconocimiento. Amo absolutamente lo que hago: los pacientes, los médicos y mi personal. Es un honor para mí recibir este premio y me gustaría extender mi más sincero agradecimiento a todos los que me nominaron. Todos ustedes han sido fundamentales para mi éxito".



Noticias de New York Cancer Foundation

PRÓXIMOS EVENTOS

- MAYO 14** **Clásico de golf Raising Hope**
Celebrado en el Sebonack Golf Club
a las 10:30AM
- MAYO 26** **Corre el viñedo**
Celebrado en el Pindar Vineyards
a las 10:30AM
- SEPT 28** **Día de celebración del paciente**
Celebrado en el Bald Hill Amphitheater
a las 12:00PM - 4:00PM

PRESENTANDO....

¡Nuestra nueva línea de ropa!

La ropa de New York Cancer Foundation ya está disponible para su compra. Todos los ingresos ayudan a aliviar las tensiones financieras que experimentan los pacientes que están bajo atención por un diagnóstico de cáncer.

**CLICHAQUÍ
PARA VER NUESTRA
COLECCIÓN**

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. Presentados por: **Wendy Kaplan, MS, RDN, CSO, CDCES, CDN** y **MaryAnn Fragola DNP, ANPc, ACHPN.**



Nuevos empleados

Aaliyah Perez (Recepcionista Medica tiempo parcial)
Abigail Ramnarain (Tec de ultrasonido en urología)
Allison Magos (Operadora de comunicación con pacientes)
Amanda Rodado (Recepcionista médica de obstetricia y ginecología de tiempo parcial)
Amanda Salhab (Técnico en quimioterapia)
Anthony Petrello (farmacéutico viático)
April Cinq-Mars (Operadora de comunicación con pacientes)
Areil McMillian (recepcionista médica)
Brian Geiser (tecnólogo de rayos X)
Brian Lee (ingeniero de software junior)
Candelaria Amaya (Asistente Médico de Laboratorio)
Caren Collins (tecnóloga en TAC)
Carlos Pena (Recepcionista médica)
Casey Bastien (asistente de laboratorio/procesador)
Casey Hasher (NP)
Cecia E Romero Amaya (LPN)
Charlene Ventura (Coordinadora de atención LPN)
Chrizalee Salas (Recepcionista médica de obstetricia y ginecología de tiempo parcial)
Cindy Baer (Subdirectora de Radiología de Enfermería)
Claudette Jones-Lyttle (Lab MA)
Claudia Loba (Tecnóloga en TAC)
Colleen Kendrick (LPN de admisión)
Cynthia Vukan (LPN)
Danielle Palazzolo (especialista en marketing y eventos)
Darleny Guzman (Asistente Médico))
Diana Arevalo (especialista en marketing y eventos)
Doris Barrett (Coordinadora de Unidad)
Ebony Saxton (Tecnóloga de Fish)
Elizabeth Lee (asistente médico de laboratorio)
Emily Nazario (asistente médico de laboratorio)
Fanelise Jean (LPN)
Galina Selezneva (supervisora de oficina)
Isabella Mattera (Escriba)
Jamie Lau (RN)
Jennifer Day (RN de infusión)
Jessica Ramos (Operadora de comunicación con pacientes)
Jose Ricardo Guzman (MA URO)

Joseph Merola (Operadora de comunicación con pacientes)
Karen Tamanji-Stein (Citotecnóloga)
Kimberley Perez (Recepcionista de tiempo parcial)
Kimberly Savoca (Radioterapeuta RTT)
Ladaryl Roland Jr (CCM LPN)
Leah Pagan (MA de laboratorio)
Livleen Kahlon (tecnóloga líder de FISH)
Logan Quinones (LPN)
Lora Muller (Especialista en autorizaciones)
Lynne Casimir (RN de infusión))
Maciel Vasquez (MA de admisión)
Makayla Elliott (MA de laboratorio)
Mariann Mcnair (tecnóloga médica)
Michael Dalia (tecnólogo de rayos X)
Michelle Duperval (Coordinadora de nuevos pacientes)
Mike Delouis (LPN)
Mildred Mills (LPN)
Nakeeta Mitchell (Coordinadora de Radiología)
Natalie Morales (Recepcionista de recepción médica)
Nicholas Dioguardo (Recepcionista del Laboratorio Core)
Nicole Nicolich (Coordinadora de Radiología)
Nilda Noboa (Asistente Médico)
Pamela Valverde (Recepcionista)
Patricia Hernandez (Coordinadora de atención LPN)
Phylicia Scott (URO MA de tiempo parcial)
Premna Alexander (RN)
Rebecca Petersen (Operadora de comunicación con pacientes)
Rebecca Turk (RN de infusión)
Reece Dixon (LPN)
Sandra Arboine (Histotecnóloga)
Sarah Ramjattan (recepción de radiología)
Sean Kosinski (Subdirector de CT, Región Oeste)
Shanti Alkaifi (MA)
Sindy Pulido (Coordinadora de Escaneo)
Tiffany Norwood (asistente médico de laboratorio)
Unikue Gardner (Asistente de laboratorio FISH)
Vinghing Cheng (PA)
Wendy Aragon (Recepcionista de recepción médica)
Xiomara Roland (LPN)

Oportunidades laborales

APP (enfermera practicante/asistente médico) - Float Newburgh, NY

Subdirectora de Enfermería Middletown, NY

Especialista en autorizaciones Ridge, NY

Radiólogo de mama (Suffolk County)

Técnico de farmacia certificado East Setauket, NY

Técnico de farmacia de quimioterapia Brooklyn, NY

CNA/Asistente médico - Gestión de cuidados crónicos(CCM) Shirley, NY

Especialista en referencias de elegibilidad Ridge, NY

Asistente ejecutiva/recepcionista-tiempo parcial Manhattan, NY

Asociado de instalaciones Staten Island, NY

Hematólogo/oncólogo (Bronx, Brooklyn, Hudson, Manhattan, Nassau, Queens, Suffolk Counties)

LPN de admisión - Float Queens, NY

Especialista en Control de Inventario Manhattan, NY

Especialista en Control de Inventario Riverhead, NY

Asistente médico de laboratorio Fresh Meadows, NY

Asistente médico de laboratorio Queens, NY

Asistente médico de laboratorio Port Jefferson, NY

Asistente médico de laboratorio - tiempo parcial Riverhead, NY

Tecnólogo Médico de Laboratorio Port Jefferson, NY

Tecnólogo de laboratorio (turno nocturno) (con licencia de NY) Port Jefferson, NY

Enfermera práctica autorizada(LP) Manhattan, NY

Enfermera práctica autorizada (LPN) Riverhead, NY

Enfermera práctica autorizada (LPN) Suffolk County, NY

Enfermera práctica autorizada (LPN) - tiempo parcial Brooklyn, NY

Coordinación de atención de LPN Astoria, NY

Coordinación de atención de LPN - tiempo parcial Suffolk County, NY

Coordinación de atención de LPN - tiempo parcial Nassau County, NY

Coordinación de atención de LPN(bilingüe inglés/español) Fresh Meadows, NY

Atención crónica de LPN (CCM) Shirley, NY

Recepcionista médica Rockville Center, NY

Recepcionista médica New Hyde Park, NY

Recepcionista médica (oficina de fisioterapia) Port Jefferson, NY

Tecnólogo de laboratorio médico (con licencia de NY) Port Jefferson, NY

Coordinador de Investigaciones Médicas Shirley, NY

Tecnólogo de laboratorio médico (con licencia de NY) Port Jefferson, NY

Coordinador de nuevos pacientes Ridge, NY

Operador de comunicaciones del paciente Ridge, NY

Farmacéutico - Viáticos East Setauket, NY

Técnico en farmacología Port Jefferson, NY

Terapeuta de radiación Brooklyn, NY

Analista de Sistemas de Radiología New Hyde Park, NY

Enfermera registrada (BSN/RN)- tiempo parcial Brooklyn, NY

Enfermera registrada (BSN/RN's) Eastchester, NY

Enfermera registrada (BSN/RN's) Newburgh, NY

Enfermera registrada (BSN/RN's) Setauket, NY

Coordinador de Programación (Hospital) Shirley, NY

Técnico superior de soporte informático Manhattan, NY

Médico de atención urgente (Suffolk County)

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

Haga click AQUÍ

NUESTROS PACIENTES Y SUS 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 al que le gustaría generar un impacto y compartir su experiencia con nosotros, pídale que se comunique con

marketing@nycancer.com

Click Para donar a
New York Cancer Foundation

