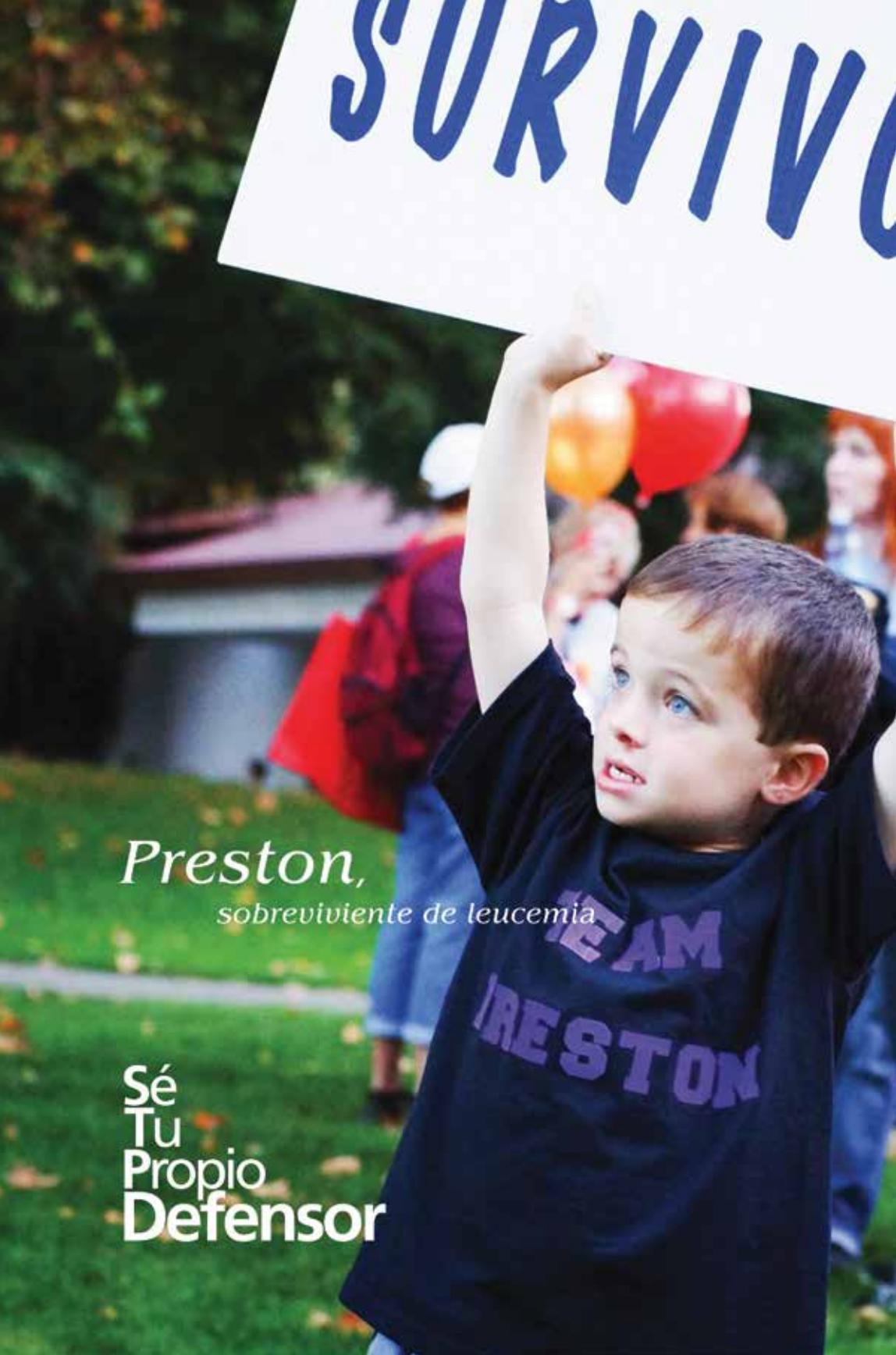




**Sé
Tu
Propio
Defensor**

Guía para Pacientes



SURVIVING

Preston,
sobreviviente de leucemia

Sé
Tu
Propio
Defensor



Nuestra Misión

*Curar la leucemia, el linfoma,
la enfermedad de Hodgkin
y el mieloma, y mejorar
la calidad de vida de los
pacientes y sus familias.*

Sé Tu Propio Defensor Guía para Pacientes

La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma

(LLS, Leukemia & Lymphoma Society) es la agencia de salud voluntaria más grande del mundo dedicada al cáncer de la sangre. La LLS financia estudios de investigación del cáncer de la sangre en todo el mundo y brinda información gratuita y servicios de apoyo.

Como parte de nuestros servicios de apoyo a personas que han sido recientemente diagnosticadas con cáncer de la sangre, hemos creado esta guía personal para ayudarte a «ser tu propio defensor». Con esta guía, podrás navegar por tu plan de tratamiento y por toda la información y los detalles relacionados con el tratamiento. Sabemos que es difícil mantener un registro de los datos importantes: citas con el doctor, procedimientos especiales, resultados de análisis, recibos de gastos varios (copagos y tarifas de estacionamiento), documentos de seguros y muchos otros documentos que acumulas en cada visita al hospital o al médico.

La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma te ofrece este organizador que te servirá de compañía personal para cada cita relacionada con el tratamiento. Tráelo a tus citas y úsalo para guardar todos los documentos que se relacionen con tu plan de tratamiento. Como precaución, en caso de extravío, no guardes en él documentos de identidad personales, como la licencia de conducir, el seguro social o tarjetas de seguro o de crédito. En esta guía, encontrarás la siguiente información:

- Un calendario mensual para que escribas las citas con el médico y todos los eventos que se produjeron antes, durante y después de tu visita al hospital
- Una lista de preguntas frecuentes para que le hagas a tu médico, con un espacio para escribir las respuestas
- Bolsillos para colocar documentos de seguro, tarjetas personales, recibos sueltos, etc.
- Fácil acceso a números telefónicos
- Material impreso con información importante sobre tu tratamiento

La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma está aquí para ayudarte y tiene muchos programas para ofrecer a los pacientes con cáncer de la sangre y a sus familias. Para obtener más información, visita nuestro sitio web: www.lls.org/espanol o llámanos al (312) 651-7353 o al (800)742-6595.

La opinión de tu equipo médico es valiosa. La LLS no ofrece asesoramiento médico ni apoyo a un prestador de atención médica o a un establecimiento médico en particular.

En nombre del Equipo de Servicios al Paciente de LLS, queremos expresarte nuestra gratitud por permitirnos ayudarte durante esta experiencia personal.

Sociedad de Lucha contra la Leucemia
y el Linfoma Oficina de Illinois



LEUKEMIA &
LYMPHOMA
SOCIETY®

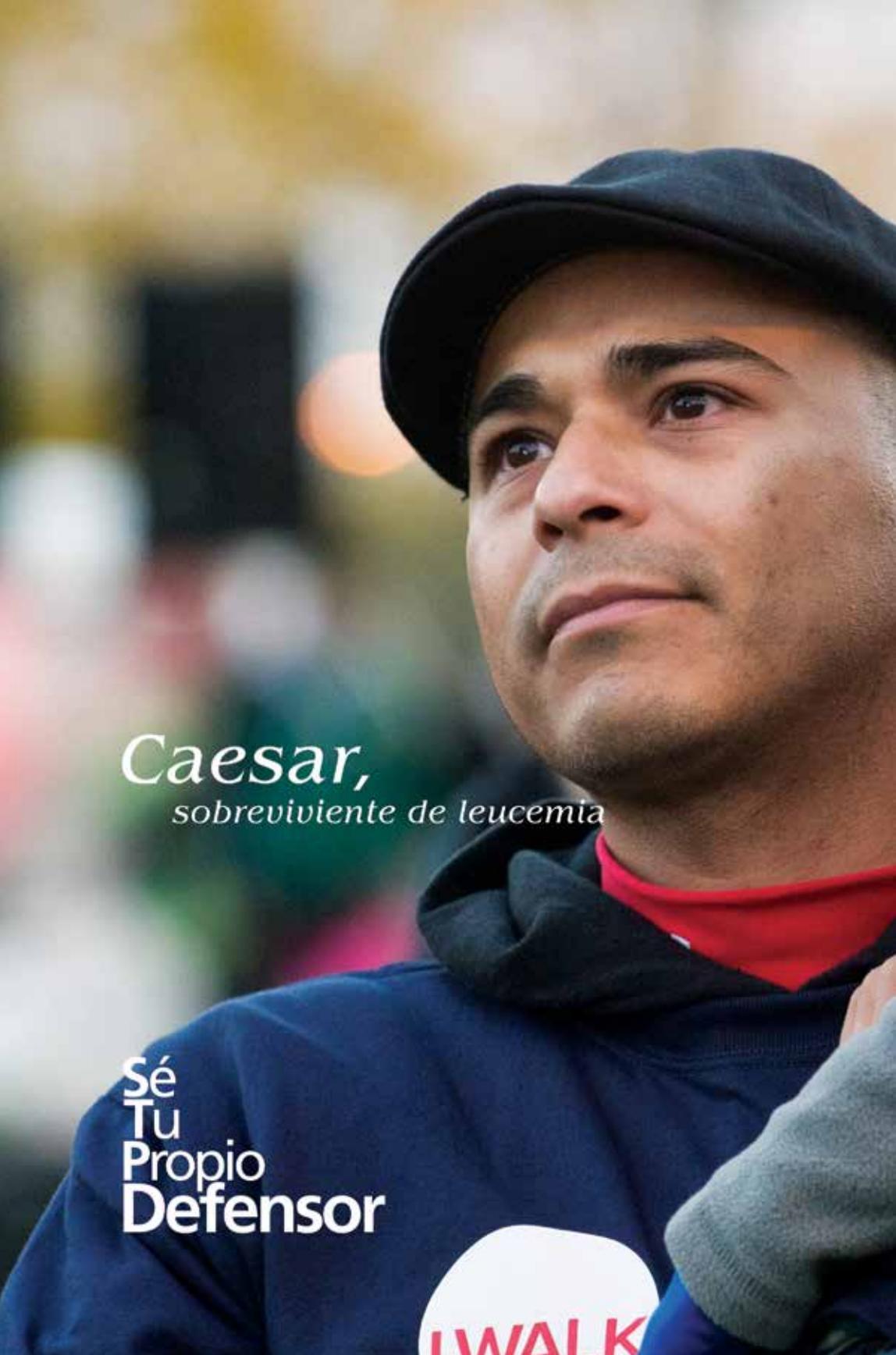
fighting blood cancers

954 W. Washington Blvd.
Suite 305
Chicago, IL 60607
312.651.7350
www.lls.org/espanol

Sé Tu Propio Defensor

Índice

	1 Tu Equipo de Atención Médica y tu Tratamiento	
	Funciones de los Miembros del Equipo de Atención Médica.....	1.1
	Contactos Médicos.....	1.2
	Trabajando con tu Equipo de Atención Médica.....	1.3
	Conoce las Políticas y los Procedimientos.....	1.3
	Prepárate para las Citas.....	1.4
	Listas de Control para saber «Qué Llevar».....	1.5
	Control de Medicamentos.....	1.6
	Preguntas que debes hacerle a tu Médico.....	1.7
	Preguntas sobre la Toma de Medicamentos en el Hogar.....	1.8
	Preguntas sobre Efectos Secundarios del Tratamiento.....	1.9
	2 Tu Sistema de Apoyo	
	Cómo Puede Ayudarte tu Sistema de Apoyo.....	2.1
	Organización de tu Sistema de Apoyo.....	2.1
	Recursos en Línea para Ayudarte con tu Sistema de Apoyo.....	2.1
	Cuadro de Sistema de Apoyo.....	2.2
	Importante Información de Contactos para Miembros de tu Equipo de Apoyo.....	2.3
	3 Calendarios de Organización y Planificación	
	Calendarios Mensuales.....	3.1
	Calendarios Semanales.....	3.2
	4 Seguro/Beneficios de Salud	
	Seguro y Beneficios de Salud.....	4.1
	La Ley del Cuidado de la Salud.....	4.2
	Control de Beneficios.....	4.3
	5 Recursos	
	LLS Programas de Apoyo al Paciente.....	5.1
	Lista de Recursos.....	5.2

A close-up portrait of a man, Caesar, looking upwards and to the right. He is wearing a dark blue cap and a dark blue hoodie over a red t-shirt. The background is blurred, showing what appears to be a crowd of people.

*Caesar,
sobreviviente de leucemia*

Sé
Tu
Propio
Defensor

IWAI K



1

Tu Equipo
de Atención
Médica y tu
Tratamiento

Miembros del Equipo de Atención Médica: ¿Quiénes son y cuáles son sus funciones?

El equipo de proveedores de atención médica que te administrará el tratamiento también se denomina equipo «multidisciplinario», es decir, profesionales de diferentes especialidades y departamentos dentro del hospital. Este grupo dedicado de profesionales trabaja en conjunto para brindarte el mejor plan de tratamiento. Como son fundamentales para tu atención médica, es útil que conozcas las funciones específicas de cada uno. Si tienes alguna consulta, no dudes en preguntarles a los miembros de tu equipo de atención médica cuál es su función específica o el cuidado específico que brindan. A continuación, encontrarás una lista de los proveedores médicos y sus funciones:

Médicos

Atención primaria, medicina general o medicina interna Los médicos brindan atención médica general. Generalmente son los médicos quienes refieren a los pacientes a hematólogos/oncólogos para que reciban tratamiento por un cáncer de la sangre. Luego de finalizar el tratamiento, continuarás viendo a este médico para tus necesidades de atención médica general.

Los médicos reciben capacitación en una universidad o en un hospital universitario. Si recibes tratamiento en alguno de estos establecimientos, puedes encontrar los siguientes tipos de médicos: médicos de cabecera con títulos de grado de medicina y que han completado una residencia; colaboradores que reciben capacitación en una especialidad luego de completar la facultad de medicina y la residencia; médicos residentes que trabajan con médicos de cabecera para convertirse en médicos matriculados en una especialidad específica, luego de graduarse en una facultad de medicina y completar una pasantía; pasantes que deben ser supervisados por un jefe médico mientras se capacitan en un área general de la medicina luego de graduarse en una facultad de medicina; estudiantes de medicina que han completado dos o tres años de estudios en una facultad de medicina y trabajan en hospitales bajo la supervisión de médicos de cabecera.

Los anestesiólogos administran drogas u otros tratamientos para el manejo del dolor, en general, durante y después de una cirugía y de otros tipos de procedimientos.

Los hematólogos, oncólogos médicos y oncólogos radioterápicos son médicos especializados en el tratamiento del cáncer.

Los fisioterapeutas son médicos certificados en medicina interna y rehabilitación que trabajan con pacientes que sufren una discapacidad física y pérdida de funciones.

Los médicos asistentes (PA, Physician's Assistants) son médicos licenciados para ejercer un área específica de la medicina, bajo la supervisión de un médico.

Los patólogos estudian las células y los tejidos e interpretan los resultados de los análisis de laboratorio para confirmar los diagnósticos de los pacientes.

Los cirujanos o cirujanos oncológicos pueden operar y suelen especializarse en la remoción quirúrgica del cáncer.

Enfermeros

Los enfermeros diplomados (RN, Registered nurses) han completado el requerimiento requerido y tienen un título de grado en enfermería. Los RN brindan cuidados bajo las órdenes de un médico, enfermero profesional o médico asistente. Muchos RN se especializan en el cuidado de pacientes de una especialidad en particular, como la oncología.

Los enfermeros profesionales (NP, Nurse practitioners) o enfermeros especializados (APN, Advanced Practice Nurses) son enfermeros diplomados que han finalizado sus estudios de grado en enfermería y tienen una capacitación avanzada en una especialidad, como la oncología. Los NP y APN trabajan conjuntamente con los médicos y pueden recetar medicamentos, realizar diagnósticos y tratamientos y administrar atención médica a un paciente.

Los asistentes de enfermería (CNA, Certified Nursing Assistants) han completado una cierta cantidad de capacitación y son supervisados por enfermeros u otro personal médico. Los CNA brindan cuidados prácticos, como ayuda para tomar un baño.

Otros Miembros del Equipo de Atención Médica

Los administradores de casos o administradores de atención médica brindan orientación a los pacientes desde el diagnóstico hasta el tratamiento, y favorecen la cohesión con otros profesionales del equipo de atención médica.

Los capellanes brindan apoyo espiritual a los pacientes y sus familias. La mayoría de los hospitales emplean a capellanes de distintos credos y religiones.

Los Especialistas en Terapia para Niños Hospitalizados utilizan sus conocimientos sobre desarrollo infantil para apoyar y ayudar a los niños y a sus familias a prepararse para los distintos componentes del diagnóstico y del tratamiento. Promueven la participación de los padres y otros familiares como socios del equipo de atención médica del niño.

Los dietistas o nutricionistas son expertos en alimentos y nutrición que ayudan a orientar y asesorar a los pacientes sobre los nutrientes en los alimentos.

Los terapeutas ocupacionales (OT, Occupational therapists) están capacitados para ayudar a las personas a retomar o mejorar las actividades que son importantes para su vida diaria, como vestirse, bañarse o trabajar.

Los asistentes de pacientes brindan apoyo y orientación a los pacientes a través de muchos componentes de la atención médica, desde el diagnóstico hasta el tratamiento, que incluyen la realización de citas, la derivación de pacientes, servicios de apoyo y ayuda para realizar trámites. Los asistentes de pacientes también mantienen la comunicación entre el paciente y otros miembros del equipo de atención médica.

Los terapeutas físicos (PT, Physical Therapists) brindan servicios de ayuda a los pacientes para recuperar sus funciones, mejorar la movilidad, aliviar el dolor y prevenir o limitar la discapacidad física permanente.

Los psiquiatras, psicoterapeutas y psicólogos ayudan a los pacientes a superar los desafíos mentales o emocionales que surgen tras un diagnóstico de cáncer. Los psiquiatras son médicos que pueden recetar medicamentos.

Los trabajadores sociales brindan apoyo psicosocial a los pacientes y sus familias. Ayudan a planificar las necesidades del paciente luego de recibir el alta del hospital y pueden ayudar a acordar servicios en el hogar.

Las Farmacias Especializadas admiten más tipos de recetas que las cadenas de farmacias o farmacias locales. Algunas recetas de medicamentos para el cáncer solo pueden procesarse en estas farmacias especializadas. Consulta a tu equipo de atención médica dónde puedes procesar tus recetas.

Habla con tu médico sobre los estudios clínicos para los que podrías calificar y consúltala si acaso te los recomienda.

Los participantes de estudios clínicos pueden tener un papel más activo en su propia atención médica, obtener acceso a nuevos tratamientos en etapa de investigación antes de que estén disponibles al público en general y ayudar a otros contribuyendo con la investigación médica.

Contactos Médicos

Médico de Atención Primaria _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Enfermera _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Oncólogo Primario _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Enfermero de Oncología _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Oncólogo Radioterápico _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Cirujano _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Psicólogo _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Hospital _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Farmacia _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Trabajador Social _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Laboratorio Médico _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Contactos Médicos

Médico de Atención Primaria _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Enfermera _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Oncólogo Primario _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Enfermero de Oncología _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Oncólogo Radioterápico _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Cirujano _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Psicólogo _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Hospital _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Farmacia _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Trabajador Social _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Laboratorio Médico _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Trabajando con tu Equipo de Atención Médica

Tu atención médica y tu tratamiento para el cáncer de la sangre requieren un gran esfuerzo de equipo y tú eres el miembro más importante de este. Cuando recibes tratamiento contra el cáncer, es posible que las circunstancias parezcan fuera de tu control. Sin embargo, tú juegas un rol importante en el desarrollo del plan de atención médica, junto con los médicos y otros miembros del equipo de atención médica.

Según los detalles de tu seguro médico, podrías tener algunas opciones con respecto al hospital en donde se realizará el tratamiento. Tu oncólogo liderará el equipo de tratamiento. Es importante que te sientas cómodo con el oncólogo y con los miembros del equipo de atención médica. Debes hablar libre y detalladamente sobre los síntomas, el dolor y otros cambios que notes en el cuerpo. Haz todas las preguntas que creas necesarias sobre los distintos aspectos del tratamiento.

Si no te sientes bien en alguna de tus citas, o sientes que preferirías estar acompañado, solicita a un familiar, amigo o trabajador social de confianza que te acompañe a los análisis y citas.

También es importante que te sientas comprendido por tu equipo de atención médica. Si no te sintieras cómodo con algún miembro del equipo, habla sobre tus inquietudes con una persona de confianza. Intenta hablar sobre tus preocupaciones con los miembros del equipo de atención médica. Esto podría representar otra oportunidad para solicitar la ayuda de un familiar o amigo. Muchos hospitales tienen defensores de pacientes, cuya función es resolver problemas entre los pacientes y el equipo de atención médica.

Conoce las Políticas y los Procedimientos

Además de conocer al equipo de atención médica, es importante que conozcas las políticas y los procedimientos importantes relacionados con los distintos componentes del tratamiento. Conoce lo que debes hacer en las siguientes situaciones:

Contacto con tu médico

Es probable que te surjan necesidades e inquietudes fuera de tus citas regulares. Por eso, consulta cuál es la mejor forma de contactarte con tu médico en estas situaciones, por ejemplo mediante una llamada telefónica, un correo electrónico, una contestadora o un localizador. Consulta cómo manejas las emergencias si tu médico no está disponible.

La mayoría de los consultorios médicos les recomiendan a los pacientes que se dirijan a las salas de emergencia de los hospitales o llamen al 911.

Resultados de los análisis

Esperar los resultados de los análisis puede provocarte ansiedad. Consulta cómo debes hacer para obtener los resultados de los análisis. En la mayoría de los casos, el médico querrá hablar sobre los resultados contigo o le solicitará a un enfermero del consultorio que se contacte contigo. Cada consultorio médico tiene su propia forma de contacto: algunos se contactan contigo para comunicarte los resultados y otros piden que te comuniques para conocer los resultados de los estudios. Siéntete libre para realizar preguntas hasta que logres entender los resultados. Asegúrate de consultar el Manual de Comprensión de los Análisis de Laboratorio y los Estudios de Imágenes que se encuentran en los bolsillos, al final de esta guía.

Confidencialidad

los proveedores de salud deben proteger la privacidad de los pacientes en virtud de la Ley de Portabilidad y Responsabilidad de Seguros de Salud (HIPAA, Health Insurance Portability and Accountability Act). Se te solicitará que leas y firmes un formulario HIPAA antes del tratamiento. Se te solicitará que indiques los nombres de las personas con las que se podrá compartir tu información de salud. Realiza preguntas antes de firmar los formularios y averigua qué otra persona tendrá acceso a tu información, por ejemplo la compañía de seguros.

Prepárate para las Citas

Prepararse con anticipación para las citas podría ser beneficioso para ti y para el equipo de atención médica. Más adelante en este libro te brindaremos un listado de preguntas para realizarle a tu médico, así como preguntas sobre los medicamentos que se te receten y los efectos secundarios. También es importante escribir notas sobre tus inquietudes y cualquier elemento que pueda afectar el tratamiento para compartirlas con el médico en la cita. Esto puede incluir lo siguiente:

- Inquietudes generales sobre tu tratamiento y preocupaciones emocionales, como la depresión
- Dolor, nuevos síntomas o efectos secundarios que hayas experimentado
- Cualquier otro tratamiento que hayas recibido, incluso masajes o acupuntura

- Medicamentos que tomas y dosis (incluso medicamentos recetados, medicamentos sin receta, vitaminas y suplementos nutricionales)

Elementos Sugeridos que Debes Traer a las Citas

Tu tratamiento incluirá muchas citas para realizar análisis, para ver al médico o para la administración del tratamiento. Para hacer un uso eficiente del tiempo y para que tengas una experiencia confortable durante las visitas, hemos creado estas listas de control individual para aprovechar al máximo las citas, incluidas las sugerencias sobre lo que debes llevar y qué no debes llevar.

Qué Debes Llevar al Hospital: Lista de Control

- Identificación con foto (licencia de conducir o documento de identidad del estado)
- Credencial del seguro e información
- Pijama, ropa de cama y bata, si lo deseas
- Elementos de higiene personal, como champú, cepillo de dientes, pasta dental, loción (las salas de los hospitales suelen no proporcionarlos)
- Ropa cómoda para usar camino a tu hogar
- Dinero (y cambio) para comprar periódicos, revistas, etc.
- Dispositivos de asistencia como caminadores, muletas, bastones, audífonos o gafas de aumento con una etiqueta que indique claramente tu nombre
- Una lista de los medicamentos recetados, las dosis y el cronograma; consulta a tu médico con anticipación si debes llevar alguno de los medicamentos al hospital (en las páginas 1.5 y 1.6 se incluye una página para indicar los medicamentos)
- Nombres y números de teléfono de los familiares o amigos que se deben contactar en caso de emergencia

- Lista escrita de antecedentes de hospitalización, enfermedades, cirugías y alergias
- Una copia de tus Directivas Anticipadas, incluso el Testamento Vital o el Poder de Duración Indefinida, si has firmado alguno de esos documentos

Lista de Control de Alta

La siguiente lista ha sido diseñada como ayuda para prepararte para dejar el hospital:

- Revisa con tu médico, enfermero o farmacéutico toda la información sobre los medicamentos y el cuidado que necesitas en el hogar
- Retira las recetas que necesites de la farmacia del Edificio de Profesionales
- Revisa tu habitación para verificar que no quede ninguna pertenencia en los cajones o en el guardarropa.
- Recoge los objetos de valor que hayas dejado en el Departamento de Admisión/Registro
- Habla con un representante de asesoramiento financiero/facturación para verificar que se hayan completado todos los formularios de manera adecuada
- Confirma que tengas transporte hasta tu hogar y que serás recogido en la entrada del establecimiento.

Lista de Control para el Día de la Terapia de Infusión o Radiación

Las terapias de infusión y radiación no requieren mucha preparación de tu parte. Sin embargo, debes tener algunas cosas en cuenta para el día de tu tratamiento. Utiliza esta lista de control antes de cada cita para asegurarte de estar listo:

- Habla con tu médico si tienes alguna duda sobre el régimen de tratamiento
- Asegúrate de hablar de tus inquietudes con el médico o enfermero antes de comenzar con la sesión de infusión o radiación

- Empaca algunas cosas para comer o tomar. Consulta al médico o enfermero si hay alguna regla especial sobre lo que puedes comer o tomar antes de recibir una infusión. Es posible que pases gran parte del día en la clínica, de modo que deberías traer algún refrigerio o comida envasada. Si hay máquinas expendedoras, deberás traer cambio para comprar un refrigerio o una bebida.
- Trae actividades: puedes traer actividades, como palabras cruzadas o un libro para pasar el tiempo.
- Organiza tu medio de transporte: los medicamentos para reducir los efectos secundarios pueden provocar mareos o somnolencia, de modo que es una buena idea que otra persona te lleve a tu casa luego del tratamiento.
- Consulta con tu médico o enfermero sobre tus medicamentos: si tomas algún otro medicamento, recuérdaselo al médico o enfermero. Tu médico podría darte instrucciones especiales ese día.

No traigas lo siguiente

- Objetos valiosos como dinero en efectivo, joyas, tarjetas de crédito y chequeras. La mayoría de los hospitales no se responsabilizan por tus pertenencias. Si debes traer objetos valiosos, consulta si puedes guardarlos en el hospital de manera segura.
- Electrodomésticos de uso personal como almohadillas térmicas, televisores y radios.

Hemos incluido algunas preguntas que son importantes que le hagas al médico en cada visita. Como sugerencia, escribe tus propias preguntas antes de cada cita para asegurarte de hablar sobre todas tus inquietudes en cada visita.

También incluimos cuestionarios impresos sobre los efectos secundarios y los medicamentos en el hogar. El folleto Cada Día Nuevo (en el bolsillo trasero de su guía) tiene un cuestionario sobre el tratamiento y los estudios clínicos. También puede encontrar preguntas en www.lls.org/whattoask.

Preguntas que debes hacerle a tu Médico

Fecha de la visita _____

Dr. _____

1. ¿Qué muestra mi análisis de sangre?

2. ¿Cuándo debería repetir mi análisis de sangre?

3. ¿Puedo obtener una copia de estos análisis para conservar en mis registros?

4. ¿Qué otros exámenes debo realizar y en qué momento?

5. He tenido los siguientes síntomas antes de mi visita.
¿Cuál es el motivo?

6. ¿Qué puedo hacer para controlar estos síntomas?

7. ¿Cuál es el progreso de mi enfermedad?

8. ¿Habrá algún cambio en el cronograma de mi tratamiento,
en mis dosis o en mi medicación? ¿Por qué?

9. ¿Qué tipo de medicación debo tomar en mi casa y con qué frecuencia?

10. ¿Por qué debo tomar esa medicación?

11. ¿Hay algo que debería evitar?
¿Qué tipo de precauciones debo tomar en mi hogar?

12. ¿Cuál es exactamente mi diagnóstico?

13. ¿Cuál es el objetivo del tratamiento - para curar o controlar mis síntomas?

14. ¿Es usted el médico adecuado para tratar mi enfermedad específicamente?

15. ¿Cuánta experiencia tiene usted tratando pacientes con mi misma enfermedad?

16. ¿Qué opciones están disponibles para mi diagnóstico?

17. ¿Puedo obtener información sobre mi enfermedad y tratamiento por escrito?

18. ¿Cuál es la etapa, el tipo y lo avanzado de mi cáncer y qué significa esto para mí?

19. ¿Puedo participar en un ensayo clínico? Si es así, ¿que es la prueba de ensayo? ¿Cuáles son mis beneficios y riesgos?

20. ¿Cómo debo prepararme financieramente para esta enfermedad?

21. ¿Es este tipo de cáncer causado por factores genéticos? ¿Habrá riesgos con otros miembros de mi familia?

22. ¿Dónde puedo encontrar más información sobre el tipo de cáncer?

23. ¿Qué cambios en mi estilo de vida - tales como la dieta, el ejercicio y demás- que me recomienda hacer para mantenerme lo más saludable posible antes, durante y después del tratamiento?

24. ¿Cuál es la mejor hora para llamar si tengo una pregunta?

25. ¿Cuáles son las posibilidades de que el cáncer puede reaparecer (retornar) con los planes de tratamiento que hemos discutido? ¿Qué haríamos si eso sucede?

26. ¿Cómo puedo contactarlos después de horas de trabajo o los fines de semana y días festivos, si fuese necesario?

El hecho de hacerle preguntas a tu prestador de atención médica puede ayudarte a tener un rol activo en la administración de la atención médica (o la de tu hijo). Si no entiendes alguna parte de la información que te brinda el prestador de atención médica, pídele que te lo explique de otra manera.

Preguntas sobre la Toma de Medicamentos en el Hogar

Nombre del Médico _____

Nombre del Medicamento _____

Fecha de la cita o llamada _____

1. ¿Qué pasa si omito una dosis?

2. ¿Qué pasa si vomito justo después de tomar mi medicación?

3. ¿Puedo tomar alcohol durante mi tratamiento?

4. ¿Por qué debo tomar la medicación? *****(Cuando)

5. ¿Por cuánto tiempo debo tomar la medicación?

6. ¿Cómo debo almacenar mi medicación?

7. ¿Debo tomar esta medicación luego de ingerir comida?

8. ¿Existen interacciones potenciales de la droga?

9. ¿Qué son los posibles efectos secundarios de este medicamento?

10. ¿Qué debo hacer si tengo un efecto secundario inesperado a este medicamento?

11. ¿Qué puedo hacer para aliviar los efectos secundarios?

12. ¿Cómo funciona el medicamento?

13. ¿El medicamento causaría somnolencia o afectaría mi estado de alerta?

14. ¿Puedo moler el medicamento y digerirlo?

15. ¿Se requiere evitar la luz solar o broncearse mientras esté tomando el medicamento?

El hecho de hacerle preguntas a tu prestador de atención médica puede ayudarte a tener un rol activo en la administración de la atención médica (o la de tu hijo). Si no entiendes alguna parte de la información que te brinda el prestador de atención médica, pídele que te lo explique de otra manera.

Preguntas sobre Efectos Secundarios del Tratamiento

Nombre del Médico _____

Fecha de la cita o llamada _____

1. ¿Cuáles son los efectos secundarios más comunes de este tratamiento?

2. ¿Cuáles son los efectos secundarios menos comunes de este tratamiento?

3. ¿Cuándo se espera que se produzcan los efectos secundarios?

4. ¿Hay algún efecto secundario que deba informarle al médico inmediatamente?

5. ¿Qué puedo hacer para aliviar estos efectos secundarios?

6. ¿Mi tratamiento afectará mi fertilidad, mi embarazo o mi lactancia?

7. ¿Cuáles son los efectos a largo plazo y los efectos tardíos de mi tratamiento?

8. ¿Cuándo debería un miembro de mi equipo de atención médica puede contactar acerca de un efecto secundario?

9. ¿Cuándo es probable que ocurran efectos secundarios?

10. ¿Hay efectos secundarios que debería decirle a mi médico de inmediato?

11. ¿Qué puedo hacer para aliviar los efectos secundarios?

12. ¿Cómo afectaría mi tratamiento la fertilidad, el embarazo o la lactancia?

13. ¿Cuáles son los efectos tardíos y a largo plazo de mi tratamiento?

A close-up portrait of a woman with voluminous, curly brown hair, smiling warmly at the camera. She is wearing large hoop earrings and a necklace made of several seashells. The background is a plain, light color.

Shelia
*sobreviviente
de linfoma*

Sé
Tu
Propio
Defensor



2

**Tu
Sistema de
Apoyo**

Tu Sistema de Apoyo

Luego de recibir un diagnóstico de cáncer, debes buscar el apoyo de tu familia, tus amigos y tus seres queridos. O puedes optar por mantener tu diagnóstico y el tratamiento en secreto. La forma en la que elijas manejar el diagnóstico y el tratamiento es una elección personal. Sin embargo, en algunos casos podrías necesitar apoyo adicional. Un sistema de apoyo puede ayudarte con distintas necesidades, desde tareas prácticas como tareas domésticas, la preparación de comidas y la solución de problemas de seguros, hasta apoyo emocional que podría incluir un oído atento para escuchar tus inquietudes. Tu sistema de apoyo puede estar compuesto por amigos, familiares y organizaciones con experiencia en brindar ayuda a las personas que atraviesan problemas de salud.

Los miembros de tu equipo de apoyo pueden ayudarte de las siguientes maneras:

- Ayudándote con tus necesidades diarias (preparación de comidas, tareas domésticas, lavar ropa, etc.).
- Creando servicios de cuidado de niños o de transporte.
- Buscando información y encontrando los servicios que necesita.
- Buscando ayuda en cuestiones financieras y de seguro.
- Ayudando a mantener un registro de tus necesidades de atención médica y de tus citas.
- Hablando con tu equipo de atención médica en nombre tuyo, especialmente en momentos en los que no te sientas física o emocionalmente bien para hacerlo por ti mismo.
- Siendo un oyente comprensivo si necesitas ayuda para resolver un problema, o si sientes la necesidad de compartir tus inquietudes sobre el impacto del diagnóstico y del tratamiento en tu vida diaria.

Organización de tu Sistema de Apoyo

Si bien podría ser difícil o incómodo pedir ayuda, descubrirás que la mayoría de la gente se siente bien ayudando a los demás, especialmente si esa persona es un familiar, amigo o vecino que se preocupa por ti. Recuerda que en una situación similar probablemente harías lo mismo por un familiar o ser querido.

Para promover límites personales adecuados y para asegurarte de obtener ayuda en lo que realmente necesitas, te damos algunas ideas para organizar tu sistema de apoyo.

- Crea una lista de tareas que otros podrían hacer para ayudarte.
- Realiza una lista de las personas que pueden brindarte ayuda y apoyo.
- Contáctate con la lista de personas que podrían formar parte de tu sistema de apoyo; pregúntales cuándo y cómo estarían dispuestos a prestar ayuda.
- Crea un cronograma con las fechas, horas, tareas y nombres de las personas que aceptaron ayudarte (ve nuestro cronograma modelo).
- Conserva el cronograma y entrega copias a los miembros de tu sistema de apoyo.

El cuadro en las páginas 2.2 - 2.3 puede ayudarte a organizar las tareas para las que necesitas ayuda, las personas que pueden ayudarte y cuándo necesitas la ayuda.

Recursos en Línea para Ayudarte con Tu Sistema de Apoyo

Hay una serie de recursos en línea que te permiten crear páginas web para mantener informados a tus amigos y familiares sobre tu condición de salud, compartir tus necesidades y permitir que estas personas importantes te envíen palabras de aliento.

Lotsa Helping Hands

www.lsa.lotsahelpinghands.com

Lotsa Helping Hands es una forma simple e inmediata de que los amigos, familiares, colegas y vecinos ayuden a sus seres queridos necesitados. Es un calendario grupal privado, fácil de usar, específicamente diseñado para organizar a los ayudantes, en el que todos pueden colaborar con el envío de alimentos, transporte y otras tareas necesarias para facilitar la vida del paciente durante los momentos de crisis médica, cuidados paliativos o agotamiento del familiar que está a cargo del cuidado. También es un lugar en donde puedes mantener actualizados a estos «círculos de la comunidad» sobre actualizaciones de estado, galerías de fotos, tableros de mensajes y más.

Care Pages

www.carepages.com

CarePages.com es una comunidad en línea de personas que se unen para compartir los desafíos, las esperanzas y los triunfos de cualquier individuo que experimenta un problema de salud grave. A través de sitios web personalizados, los miembros pueden relacionar sus historias, publicar fotos y mantener actualizados a los amigos y familiares al instante. A su vez, los seres queridos pueden enviar mensajes de amor y de aliento. CarePages.com también ofrece distintos recursos y herramientas de apoyo para vivir una vida más comprensiva.

CaringBridge

www.caringbridge.org

CaringBridge ofrece sitios web gratuitos que conectan a las personas que experimentan un problema de salud importante para la familia y los amigos, a fin de facilitar el proceso. Los sitios web de CaringBridge ofrecen un espacio personal y privado para comunicarse y mostrar apoyo, y ahorrar tiempo y energía emocional cuando la salud es lo más importante. Los sitios web son fáciles de crear y utilizar. Los autores agregan información de salud actualizada para compartir sus historias y los visitantes dejan mensajes de amor, esperanza y compasión en el libro de visitas.

Ayuda Necesaria	Días en que la Ayuda es Necesaria	Horas en que la Ayuda es Necesaria	Nombre y contacto de quien ofrecera ayuda	Notas/ Instrucciones
Acompañante a citas Médicas				
Cuidado				
Cuidado de Niños				
Limpieza/ Tareas Domésticas				
Ayuda con Cuestiones de Seguros				
Ayuda con Cuestiones de Pago de Facturas				

Ayuda Necesaria	Días en que la Ayuda es Necesaria	Horas en que la Ayuda es Necesaria	Nombre y contacto de quien ofrecera ayuda	Notas/ Instrucciones
Acompañante a citas Médicas				
Cuidado				
Cuidado de Niños				
Limpieza/ Tareas Domésticas				
Ayuda con Cuestiones de Seguros				
Ayuda con Cuestiones de Pago de Facturas				

Important Contact Information for Members of Your Support Team

This information may come in handy if members need to contact each other pertaining to their care assignments.

Nombre _____
Relación _____
Teléfono _____
Correo Electrónico _____

Nombre _____
Relación _____
Teléfono _____
Correo Electrónico _____

Nombre _____
Relación _____
Teléfono _____
Correo Electrónico _____

Nombre _____
Relación _____
Teléfono _____
Correo Electrónico _____

Nombre _____
Relación _____
Teléfono _____
Correo Electrónico _____

Nombre _____
Relación _____
Teléfono _____
Correo Electrónico _____

Nombre _____
Relación _____
Teléfono _____
Correo Electrónico _____

Nombre _____
Relación _____
Teléfono _____
Correo Electrónico _____

Nombre _____
Relación _____
Teléfono _____
Correo Electrónico _____

Nombre _____
Relación _____
Teléfono _____
Correo Electrónico _____

Nombre _____
Relación _____
Teléfono _____
Correo Electrónico _____



Jodi

sobreviviente de leucemia

Sé
Tu
Propio
Defensor



3

Calendarios de Organización y Planificación

Calendarios

Para ayudarte en la organización y planificación de tus tratamientos, incluimos un calendario mensual, con espacio para escribir cualquier tipo de evento que haya ocurrido antes, durante o después de tu tratamiento y que desees informarle al médico.

La organización es muy importante y entendemos que a veces es agotadora, especialmente si no te sientes bien durante el proceso del tratamiento. Puedes designar a una persona especial, quizás un cuidador, para que haga esta tarea en tu lugar si te resulta abrumadora.

Para usar este calendario, consulta un calendario o una agenda de citas pre-impresos y anota el año, el mes y las fechas en las páginas en blanco del calendario, como se muestra debajo. Agrega notas para citas, eventos, tareas o registros importantes. Copia y utiliza las páginas en blanco del calendario cuando sea necesario.

Citas y Eventos

Año 2016

Mes

Enero

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
	1	2	3	4	5	6
7	8	9 <i>Oncoólogo 10 am</i>	10	11	12	13 <i>Retiro de Recetas</i>
14	15	16	17	18 <i>Tratamiento de Radiación 3 pm</i>	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Citas y Eventos						
Año		Mes				
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

Citas y Eventos						
Año		Mes				
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

Citas y Eventos						
Año		Mes				
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

Citas y Eventos						
Año		Mes				
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

Citas y Eventos						
Año		Mes				
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

Citas y Eventos						
Año		Mes				
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

Citas y Eventos						
Año		Mes				
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

Citas y Eventos						
Año		Mes				
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

Citas y Eventos						
Año		Mes				
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

Citas y Eventos						
Año		Mes				
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

Citas y Eventos						
Año		Mes				
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

Calendarios Semanales

Puedes utilizar esta sección para pensar o rastrear sucesos que se producen en forma semanal, como los medicamentos que necesitas tomar, las citas con el médico, las actividades de tus niños, los viajes o las comidas necesarias, etc.

Puedes fotocopiar las páginas en blanco o escribir en lápiz para actualizar los cambios en el cronograma de manera regular.

	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
6:00 am							
7:00 am							
8:00 am							
9:00 am							
10:00 am							
11:00 am							
12:00 pm							
1:00 pm							
2:00 pm							
3:00 pm							
4:00 pm							
5:00 pm							
6:00 pm							
7:00 pm							
8:00 pm							
9:00 pm							
10:00 pm							

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

							6:00 am
							7:00 am
							8:00 am
							9:00 am
							10:00 am
							11:00 am
							12:00 pm
							1:00 pm
							2:00 pm
							3:00 pm
							4:00 pm
							5:00 pm
							6:00 pm
							7:00 pm
							8:00 pm
							9:00 pm
							10:00 pm



	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
6:00 am							
7:00 am							
8:00 am							
9:00 am							
10:00 am							
11:00 am							
12:00 pm							
1:00 pm							
2:00 pm							
3:00 pm							
4:00 pm							
5:00 pm							
6:00 pm							
7:00 pm							
8:00 pm							
9:00 pm							
10:00 pm							

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

							6:00 am
							7:00 am
							8:00 am
							9:00 am
							10:00 am
							11:00 am
							12:00 pm
							1:00 pm
							2:00 pm
							3:00 pm
							4:00 pm
							5:00 pm
							6:00 pm
							7:00 pm
							8:00 pm
							9:00 pm
							10:00 pm



	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
6:00 am							
7:00 am							
8:00 am							
9:00 am							
10:00 am							
11:00 am							
12:00 pm							
1:00 pm							
2:00 pm							
3:00 pm							
4:00 pm							
5:00 pm							
6:00 pm							
7:00 pm							
8:00 pm							
9:00 pm							
10:00 pm							

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

							6:00 am
							7:00 am
							8:00 am
							9:00 am
							10:00 am
							11:00 am
							12:00 pm
							1:00 pm
							2:00 pm
							3:00 pm
							4:00 pm
							5:00 pm
							6:00 pm
							7:00 pm
							8:00 pm
							9:00 pm
							10:00 pm



	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
6:00 am							
7:00 am							
8:00 am							
9:00 am							
10:00 am							
11:00 am							
12:00 pm							
1:00 pm							
2:00 pm							
3:00 pm							
4:00 pm							
5:00 pm							
6:00 pm							
7:00 pm							
8:00 pm							
9:00 pm							
10:00 pm							

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

							6:00 am
							7:00 am
							8:00 am
							9:00 am
							10:00 am
							11:00 am
							12:00 pm
							1:00 pm
							2:00 pm
							3:00 pm
							4:00 pm
							5:00 pm
							6:00 pm
							7:00 pm
							8:00 pm
							9:00 pm
							10:00 pm



	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
6:00 am							
7:00 am							
8:00 am							
9:00 am							
10:00 am							
11:00 am							
12:00 pm							
1:00 pm							
2:00 pm							
3:00 pm							
4:00 pm							
5:00 pm							
6:00 pm							
7:00 pm							
8:00 pm							
9:00 pm							
10:00 pm							

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

							6:00 am
							7:00 am
							8:00 am
							9:00 am
							10:00 am
							11:00 am
							12:00 pm
							1:00 pm
							2:00 pm
							3:00 pm
							4:00 pm
							5:00 pm
							6:00 pm
							7:00 pm
							8:00 pm
							9:00 pm
							10:00 pm



	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
6:00 am							
7:00 am							
8:00 am							
9:00 am							
10:00 am							
11:00 am							
12:00 pm							
1:00 pm							
2:00 pm							
3:00 pm							
4:00 pm							
5:00 pm							
6:00 pm							
7:00 pm							
8:00 pm							
9:00 pm							
10:00 pm							



Grace

sobreviviente de linfoma

Sé
Tu
Propio
Defensor



4

**Seguro/
Beneficios
de Salud**

Seguro de Salud y Buscador de Beneficios

La atención médica y el tratamiento generarán una gran cantidad de papeles en forma de facturas de proveedores de atención médica y explicaciones de beneficios (EOB, Explanation of Benefits) de tu compañía de seguros por los distintos servicios médicos que recibas. Las diferencias de tu plan de salud y el seguimiento para verificar que estos servicios hayan sido pagados, ya sea por ti o por la aseguradora, pueden provocar confusiones. Para ayudarte a aliviar el estrés de este componente desafiante, pero importante de la atención médica, encontrarás definiciones de términos de seguro frecuentes que pueden resultarte nuevos. Las palabras en cursiva se definen en alguna parte de la página.

También hemos creado un cuadro que te ayudará a realizar un seguimiento de los distintos servicios que se te facturen. Siéntete libre de usar las hojas de cálculo que se brindan en esta guía o, si prefieres hacer el seguimiento en tu computadora, te recomendamos crear una hoja de cálculo de Excel similar al cuadro de la página 4.3. Algunas compañías de seguro te permitirán descargar tus EOB por rango de fechas en una hoja de cálculo de Excel, para facilitar el trabajo.

El folleto Asuntos económicos de la atención médica es otro recurso útil. Puedes encontrarlo en la parte posterior de la guía y en la página <http://www.lhs.org/espanol> en la sección Materiales gratuitos.

Definiciones de Seguros

Coseguro

Un porcentaje de cada reclamo por debajo del deducible pagado por el paciente. Por ejemplo, en una cláusula de coseguro del seguro de salud del 20%, el paciente primero paga el deducible (que suele ser un monto fijo) y luego el 20% de las facturas que se realicen en adelante, hasta alcanzar el monto máximo de gastos en efectivo. Los porcentajes de coseguro pueden variar según el prestador (según esté dentro de la red o fuera de ella) o los distintos tipos de servicios.

Copago

Una tarifa plana y predeterminada que paga el paciente para servicios de atención médica, además de la cobertura del seguro. Por ejemplo, algunos planes requieren un copago de \$20 por cada visita al consultorio,

independientemente del tipo de servicios brindados durante la visita. Los copagos no suelen especificarse mediante porcentajes. Pueden existir distintos copagos para diferentes servicios. Algunos planes requieren que se cumpla con un deducible para algunos servicios específicos antes de que se aplique un copago.

Deductible

Un monto fijo en dólares durante el período del beneficio (generalmente un año) que el paciente paga antes de que la aseguradora comience a realizar pagos por los servicios médicos cubiertos. Los planes pueden tener deducibles por persona y por familia. Algunos planes pueden tener deducibles separados para servicios específicos. Por ejemplo, un plan puede tener un deducible de hospitalización por cada ingreso al hospital. Los deducibles pueden diferir si los servicios son recibidos de un prestador autorizado o de proveedores que no estén en la lista de proveedores autorizados.

Explicación de beneficios (EOB, Explanation of Benefits)

Un documento suministrado por el plan de salud que explica el monto que se cobró por cada servicio, cuánto pagará el plan de salud y cuánto debe pagar el paciente. Cuando recibas una factura de tu médico o del hospital, consulta la EOB para verificar ese servicio y asegúrate de que te estén cobrando el monto correcto.

Disposiciones de Atención Médica Dirigida

Se trata de características dentro de los planes de salud que brindan las aseguradoras para administrar el costo, el uso y la calidad de los servicios de salud que reciben los pacientes. Los siguientes son algunos ejemplos de atención médica dirigida:

- **Certificado de pre admisión:** autorización de admisión en el hospital otorgada por un prestador de salud a un paciente antes de su hospitalización. La falta de presentación de un certificado de pre admisión en situaciones que no sean emergencias reduce o elimina la obligación del prestador de salud de pagar por los servicios prestados.
- **Revisión de utilización:** es el proceso de revisar la conveniencia y la calidad de la atención médica suministrada a los pacientes. La revisión de utilización puede realizarse antes, durante o después de la prestación de los servicios.

- Pruebas de pre admisión: se trata de un requisito diseñado para alentar a los pacientes a obtener servicios de diagnóstico necesarios en forma ambulatoria antes de internarse en el hospital, en situaciones que no sean de emergencia. La prueba está diseñada para reducir la duración de las estadías en el hospital.
- Restricción de admisión de casos que no sean emergencias durante el fin de semana: se trata de un requisito que impone límites al reembolso a pacientes en caso de admisiones hospitalarias que no sean de emergencia durante el fin de semana.
- Segunda opinión quirúrgica: es una estrategia de administración de costos que alienta o le exige al paciente obtener la opinión de otro médico si un médico le ha recomendado que se realice una cirugía que no sea de emergencia o una cirugía electiva. Los programas pueden ser voluntarios u obligatorios y el reembolso puede reducirse o denegarse si el participante no obtiene una segunda opinión. Los planes suelen requerir que dichas opiniones se obtengan de especialistas certificados que no tengan ningún interés personal o financiero sobre el resultado.

Monto Máximo de Gastos en Efectivo

El monto máximo en dólares que un paciente podrá reclamar en concepto de gastos en efectivo durante un año. Hasta alcanzar ese límite, el plan y el paciente comparten los costos de los gastos cubiertos, hasta el monto máximo de la póliza.

Monto Máximo de la Póliza

El monto máximo que puede pagar la aseguradora por los gastos cubiertos por ella y cada dependiente cubierto durante la vigencia de la cobertura del plan de salud. En general, el monto máximo de la póliza es de un millón de dólares por persona.

The Affordable Care Act

In 2014, the Patient Protection and Affordable Care Act, commonly known as Obamacare, came into effect. The goal of the law is to give patients the stability and flexibility they need to make informed choices about their health. Below we have listed some key features of the Affordable Care Act, as provided by HHS.gov.

- Ends pre-existing condition exclusions for children: Health plans can no longer limit or deny benefits to children under 19 due to a pre-existing condition
- Keeps young adults covered: If you are under 26, you may be eligible to be covered under your parent's health plan
- Ends arbitrary withdrawals of insurance coverage: Insurers can no longer cancel your coverage just because you made an honest mistake
- Guarantees your right to appeal: You now have the right to ask that your plan reconsider its denial of payment
- Ends lifetime limits on coverage: Lifetime limits on most benefits are banned for all new health insurance plans
- Reviews premium increases: Insurance companies must now publicly justify rate hikes
- Helps you get the most from your premium dollars: Your premium dollars must be spent primarily on health care - not administrative costs
- Protects your choice of doctors: Choose the primary care doctor you want from your plan's network
- Removes insurance company barriers to emergency services: You can seek emergency care at a hospital outside of your health plan's network

Health Insurance Marketplace

Everyone is required to have health insurance under the new healthcare law, the Affordable Care Act (Obamacare). However, you can't just go out and buy it any time you want. There's a limited open enrollment period during which you can sign up for a new plan or change your current plan.

The only exception to that is if you experience certain life-changing events, such as divorce, pregnancy, the loss of employer-provided coverage, or a qualified hardship.

If you do not have health insurance, then you can purchase insurance on the Health Insurance Marketplace. You can also purchase insurance on the marketplace if the company that you work for gives you insurance and you are not happy with it.

For information on enrollment, go to www.healthcare.gov.

Health Insurance Plans and Network Types: HMO, PPO, EPO, and POS

Depending on what is offered in your area, you may find coverage in all plan types. You will want to comparison shop for your health insurance coverage, which is divided into four tiers:

- Platinum plans will cover 90% of a person's health care costs.
- Gold plans will cover 80% of a person's health care costs.
- Silver plans will cover 70% of a person's health care costs.
- Bronze plans will cover 60% of a person's health care cost.
- Catastrophic plans will be available to only individuals under the age of 30 or those who are exempt from purchasing coverage. The out of pocket limits of \$6,350 individual and \$12,700 family will apply. No cost sharing is required.

Some examples of plan types you'll find in the Marketplace:

- **Exclusive Provider Organization (EPO):** A managed care plan where services are covered only if you use doctors, specialists, or hospitals in the plan's network, except in an emergency.
- **Health Maintenance Organization (HMO):** A type of health insurance plan that usually limits coverage to care from doctors who work for or contract with the HMO. It generally won't cover out-of-network care except in an emergency. An HMO may require you to live or work in its service area to be eligible for coverage. HMOs often provide integrated care and focus on prevention and wellness.
- **Point of Service (POS):** A type of plan where you pay less if you use doctors, hospitals, and other health care providers that belong to the plan's network. POS plans require you to get a referral from your primary care doctor in order to see a specialist.
- **Preferred Provider Organization (PPO):** A type of health plan where you pay less if you use providers in the plan's network. You can use doctors, hospitals, and providers outside of the network without a referral for an additional cost.

Consider Out-of-Pocket costs

In general, the more you are willing or able to pay out-of-pocket each time you need health care services, the lower your monthly premium payment will be. Usually bronze plans have lower premiums and higher out-of-pocket costs, and platinum plans have higher premiums and lower out-of-pocket costs.

Patients should be sure to look at all the out-of-pocket costs associated with the plans at the lower metal tiers. They will likely include high deductibles, sometimes as much as \$5,000 or \$6,000 at the bronze level. Carriers differ regarding whether or not medications are subject to the deductibles, which is another key feature to ask about.

If you rely heavily on products that are a part of the pharmacy benefit, also look for whether these plans have co-insurance, which requires you to pay a

percentage of the cost of the drug or service and can add up to hundreds or thousands of dollars per month. As a cancer patient, or any patient with high cost medical needs, this quickly becomes unaffordable.

What if I can't afford these costs?

When you buy your insurance from the Marketplace, you may be eligible for financial help to lower the cost of coverage. Financial help is available in the form of tax credits to help pay for monthly premium costs. You may also be eligible for financial help to lower the amount you pay for out-of-pocket costs, making your health insurance more affordable.

LLS wants your feedback

The Leukemia & Lymphoma Society is committed to removing access barriers for blood cancer patients. If you purchase a marketplace plan and later experience high treatment costs, a lack of access to your provider or hospital, or a delay in getting timely care, please share your story with us at missioncommunications@lls.org. If you have a positive experience, we would like to hear that too. Making your voice heard can really make a difference.

If you have questions or want more information, please contact LLS's Information Resource Center (IRC) at 1-800-955-4572, Monday to Friday, 9 a.m. to 9 p.m. ET.

Helpful links

<http://obamacarefacts.com/>

<http://obamacare.com/>

<http://obamacare-guide.org/>

Reference Sources

Survey definitions from:

- The National Compensation Survey definitions (BLS)
- The Medical Expenditure Panel Survey definitions (AHRQ)
- The National Employer Health Insurance Survey (NCHS)

Definitions from other Federal agencies and surveys such as:

- The Current Population Survey (BLS/Census)
- Erisa-related definitions (from PWBA)

Glossaries and informational papers from websites such as:

- OPM's Federal Employees Health Benefits Plan (glossary and specific plan booklets)
- Blue Cross/Blue Shield
- The National Center for Policy Analysis
- The Health Insurance Association of America

Publications such as:

- Employee Benefit Plans: A Glossary of Terms, Ninth Edition 1997, Judith A. Sankey, editor, International Foundation of Employee Benefit Plans
- Fundamentals of Employee Benefit Programs, Fourth edition
- Managed Care Plans and Managed Care Features: Data from the EBS to the NCS

Mark

sobreviviente de linfoma

SURVIVOR

Sé
Tu
Propio
Defensor

Martez

sobreviviente de leucemia

5

Recursos

SURVIV

VINGOS

La Oficina de Illinois de la Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma ofrece una amplia gama de programas educativos y de apoyo que son gratuitos para pacientes, sus familias, cuidadores y profesionales de la salud.

Salvo que se indique lo contrario, para obtener más información, ponte en contacto con la Oficina de Illinois al (312) 651-7353 o al número gratuito (800) 742-6595, escríbenos a Patient_Services_ILC@lls.org o visita nuestro sitio web www.lls.org/il./espanol

Centro de Recursos de Información (800) 955-4572

Contáctate con el IRC para hablar con un Especialista en Información. Los Especialistas en Información son profesionales oncólogos del más alto nivel. Brindan información precisa y actualizada sobre las enfermedades y los tratamientos y están disponibles para atender tus llamadas de lunes a viernes de 9 a. m. a 6 p. m. (hora del este) en el teléfono (800) 955-4572. Puedes escribir a infocenter@LLS.org o chatear en vivo con un Especialista en www.LLS.org/espanol.

Susan Lang Pay-it-Forward

La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma (LLS) Susan Lang Pay- It- Forward programa de Asistencia de Viaje para Pacientes está disponible para los pacientes de cáncer de la sangre, con necesidad financiera significativa , que pueden calificar para recibir asistencia financiera para los gastos aprobados que incluyen: transporte terrestre (gas, peajes, alquiler de coches, taxi, autobús, tren, servicios de ambulancia, etc.), el transporte aéreo y los gastos relacionados con alojamiento. Para la elegibilidad y los detalles por favor llame al 844-565-2269 o patientassistance@lls.help de correo electrónico

Programa de Asistencia para Copagos

Este programa ofrece asistencia para pacientes financieramente elegibles con ciertos diagnósticos de cáncer de la sangre para ayudarlos a pagar sus primas de seguro de salud privado o público o los costos de los copagos para medicamentos recetados. Ingresar a www.LLS.org/copay o llamar al (877) 557-2672 para hablar con un especialista del Programa de Asistencia de Copagos y obtener más información sobre elegibilidad.

Patti Robinson Kaufmann Programa Primera Conexión

Este programa ofrece apoyo entre pares de un voluntario capacitado que ha pasado por una situación similar. La experiencia personal única del voluntario te permite relacionarte de una manera positiva y única con otras personas que han sido recientemente diagnosticadas. Para más información contáctanos al (312)651-7353.

Trish Green Programa Volver a la Escuela

Este programa ayuda a los niños con cáncer a volver a la escuela y brinda información a los padres, pacientes, maestros y compañeros de la escuela. El material desarrollado especialmente ayudará al niño con cáncer de la sangre a volver a clases. Para más información contáctanos al (312) 651-7353.

LLS Community

Únase a una comunidad de personas que entienden lo que está pasando. La Comunidad LLS "LLS Community" es un lugar para que usted pueda conectarse con otras personas afectadas por cáncer de la sangre y comparta su voz para impulsar el cambio. Los recursos de la comunidad LLS son precisos y actualizados, y de una fuente confiable. La Comunidad LLS se basa en sus experiencias y conocimientos para impulsar el desarrollo de programas y estudios de investigación que aborden las necesidades y retos del mundo real de los pacientes que viven con cáncer de la sangre. Para obtener más información o inscribirse, visite communityview.lls.org.

Conversación en Línea

Nuestros canales de conversación en línea de dos horas semanales proporcionan un foro amistoso para compartir experiencias y ofrecer apoyo a las personas que sufren de linfoma no-Hodgkin, leucemia mieloide crónica o mieloma, y para adultos (de entre 18 y 39 años) con cáncer de la sangre. Cada canal es moderado por un trabajador social de oncología. Para obtener más información visite www.lls.org/#/diseaseinformation/getinformationsupport/onlinechats

Programas educativos

La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma (LLS) patrocina muchos teleconferencias gratuitas en vivo y archivadas , podcasts , webcasts y más que se puede ver a su conveniencia . Además, LLS patrocina una serie de programas de educación profesional basados en la comunidad gratuitos para profesionales de la salud, en particular para las enfermeras de oncología y trabajadores sociales. Los pacientes, sus familias y cuidadores también están invitados a participar. Para obtener una lista completa de nuestros programas, visite www.lls.org.

Red de Defensa

La oficina cuenta con una red activa de voluntarios que trabajan con legisladores para obtener acceso a tratamiento médico de calidad y protección legal en cuestiones de empleo y seguro de salud. La Red de Defensa permite la participación en el diseño de las políticas de salud pública. Regístrate en <http://action.ils.org>. <http://action.ils.org>.

Grupos de Apoyo Familiar

La comunicación abierta es esencial para poder lidiar con los sentimientos que surgen durante la enfermedad. Los Grupos de Apoyo Familiar organizan sesiones lideradas por profesionales de salud locales, en las que puedes compartir tus preocupaciones, tus miedos, tus problemas y tus experiencias en un ambiente cómodo y comprensivo.

Para encontrar un grupo de apoyo familiar en tu área, ingresa a www.ils.org/il y selecciona "Programas de Apoyo al Paciente".

Programa Héroes Honrados

Nuestros héroes honrados brindan inspiración y apoyo a los programas de recaudación de fondos para la LLS y representan símbolos de fortaleza para otras personas que enfrentan desafíos en sus vidas. Un héroe honrado es cualquier persona que ha recibido tratamiento o que es un sobreviviente de leucemia, linfoma o mieloma. Puedes participar de distintas maneras, por ejemplo compartiendo tu historia, creando obras de arte, escribiendo cartas o asistiendo a eventos para recaudar fondos.

Programas Educativos y Material Educativo

Ofrecemos material educativo gratuito, como información específica sobre la enfermedad, además de información sobre cómo lidiar con la enfermedad, nutrición y efectos secundarios de los tratamientos. También ofrecemos programas educativos para pacientes, familias y profesionales de la salud durante todo el año.

Programa de Alexis' Angels Holiday

Alexis' Angels es un programa de entrega de regalos en la navidad en honor a Alexis White, que fue diagnosticada con leucemia a la edad de 15. Inspirado por el recuerdo amoroso de su hija, Jim y Patty White entregan los regalos de navidad para los niños de familias afectadas por el cáncer de sangre con la ayuda de sus voluntarios, los Alexis' Angels. Póngase en contacto con su oficina local para preguntar cómo puede participar en este programa.

Durante los diagnósticos y los tratamientos, tendrás muchas opciones de atención médica. El equipo de atención médica puede responder a tus consultas y brindarte información y recursos.

Uno de los objetivos de ayudarte a que seas «tu propio defensor» es brindarte una lista de organizaciones respetables dedicadas a brindar servicios a los pacientes con cáncer y sus familias.

La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma (LLS) tiene el agrado de ofrecerte la siguiente lista de recursos que, en nuestra opinión, representan algunos de los mejores recursos locales y nacionales. Llama a la Oficina de Illinois al (312) 568-7716 o visita la página web www.lls.org/il para obtener más información sobre estos recursos.

Índice de Recursos:

- Grupos de Apoyo Familiar
- Grupos de Apoyo Patrocinados por LLS
- Grupos de Apoyo Asociados con LLS
- Grupos de Apoyo durante el Luto
- Organizaciones de Cáncer de la Sangre
- Recursos Pediátricos
- Recursos para Adolescentes y Adultos Jóvenes
- Recursos de Campus
- Recursos entre Pares
- Programas de Asistencia Financiera
- Otros Recursos Útiles

Recursos | Grupos de Apoyo Familiar

Estos grupos de apoyo son para adultos que sufren de cáncer de la sangre y para sus familiares, amigos o cuidadores. Se alienta a los participantes a llamar al facilitador de cada grupo antes de asistir.

Grupos de Apoyo Patrocinados por LLS

Grupo de Apoyo para Pacientes con Cáncer de la Sangre

Wellness Place
1619 W. Colonial Parkway
Palatine, IL
(847) 221-2400
Primer martes de cada mes
www.wellnessplace.org

Grupo de Apoyo para Pacientes con Leucemia y Linfoma

Wellness House
131 N. County Line Road
Hinsdale, IL 60521
(630) 654-5114
Segundo jueves de cada mes
www.wellnesshouse.org

Grupo de Apoyo para Pacientes con Mieloma Múltiple

Wellness House
131 N. County Line Road
Hinsdale, IL 60521
(630) 654-5114
Segundo jueves de cada mes
www.wellnesshouse.org

Adultos Jóvenes con Cáncer

Wellness House
131 N. County Line Road
Hinsdale, IL 60521
(630) 654-5114
Cuarto jueves de cada mes
www.wellnesshouse.org

Grupo de Apoyo para Pacientes con Leucemia y Linfoma

Northwest Community Hospital
800 W. Central Road
Arlington Heights, IL 60005
(847) 618-6914
Cuarto martes de cada mes
www.nch.org

“Café Con Leche”

Grupos de apoyo para pacientes de cáncer, sobrevivientes y cuidadores latinos.

Grupos de Apoyo facilitados completamente en español.

Saint Anthony Hospital

2875 W. 19th Street, 8th floor
Chicago, IL 60623
(773) 484-1884
Tercer martes de cada mes
www.saintanthonyhospital.org

Gilda's Club Chicago

537 N. Wells Street
Chicago, IL 60634
(312) 464-9900
Segundo miércoles de cada mes
www.gildasclubchicago.org

Grupos de Apoyo Asociados con LLS

Chicago

Blood Cancer Forum Gilda's Club Chicago

537 North Wells Street
Chicago, IL 60654
(312) 464-9900
Primer miércoles de cada mes
www.gildasclubchicago.org

Grupo de Apoyo para Pacientes con Mieloma Northwestern Memorial Hospital

676 N. St. Clair St., Feinberg Conf.
Rm. D
Chicago, IL 60611
(312) 695-4523
Primer lunes de cada mes
<http://cancer.northwestern.edu>

Mieloma Múltiple Cancer Wellness Center

215 Revere Drive
Northbrook, IL 60062
(847) 509-9595
Primer miércoles de cada mes
Se requiere inscripción. Llama para
obtener más información.
www.cancerwellness.org

Suburbios del Sur

Blood Cancer Forum: Mieloma y Leucemia Cancer Support Center

2028 Elm Road
Homewood, IL 60430
(708) 798-9171
Tercer miércoles de cada mes
www.cancersupportcenter.org

Suburbios del Norte

Leucemia y Linfoma Cancer Wellness Center

215 Revere Drive
Northbrook, IL 60062
(847) 509-9595
Primer miércoles de cada mes
Se requiere inscripción.
Llama para obtener más
información.
www.cancerwellness.org

Grupo de Apoyo para Sobrevivientes de Cáncer Cancer Wellness Center

18630 W. Old Gages Lake Road
Grayslake, IL 60030
(847) 562-4993
www.cancerwellness.org

Mujeres Jóvenes con Cáncer Wellness Place

1619 W. Colonial Parkway
Palatine, IL 60067
(847) 221-2200
Se requiere inscripción. Llama para
obtener más información.
www.wellnessplace.org

**Grupos de Apoyo para
Pacientes de Cáncer y
Cuidadores Healing
Pathways**

Iglesia Presbiteriana de
Westminster,
nivel inferior
2821 N. Bell School Road
Rockford, IL 61107
(815) 395-5649
www.healingpathwayscrc.org

Suburbios del Oeste

**Leucemia, Linfoma y
Mieloma Grupo de Apoyo**

Living Well Cancer Resource Center
442 Williamsburg Ave
Geneva, IL 60134
(630) 262-1111
Se requiere inscripción. Llama para
obtener más información.
www.livingwellcrc.org

**Grupo de Apoyo para
Trasplantados de Médula
Ósea**

Centro Médico de la Universidad
de Loyola
2160 S. First Avenue
Maywood, IL 60153
(708) 216-4776
Se requiere inscripción. Llama para
obtener más información.
www.loyolamedicine.edu

**Grupos de Apoyo para
Pacientes de Cáncer y
Cuidadores**

Edward Cancer Center
120 Spalding Drive 60540
Naperville, IL
Tercer miércoles de cada mes
Comunícate con Sharon para
obtener más información.
(630) 646-6111

Illinois Central

**Grupos de Apoyo para
Pacientes de Cáncer Adultos,
Adolescentes y Niños**

Community Cancer Center
407 East Vernon Ave
Normal, IL 61761
(309) 451-8500
www.cancercenter.org

**Grupos de Apoyo para
Pacientes de Cáncer en
General y Niños**

Cancer Center for Healthy Living
5215 Knoxville Avenue
Peoria, IL 61614
(309) 693-8139
Se requiere inscripción. Llama para
obtener más información.
www.cchlpeoria.org

**Grupo de Apoyo para
Mujeres con Cáncer**

Simmons Cancer Institute en SIU
315 W. Carpenter Street
Springfield, IL
(217) 545-6000
www.siumed.edu/cancer/index.html

Grupos de Apoyo de Calidad de Vida después de Sufrir Cáncer

St. John's Hospital
800 East Carpenter Street
Springfield, IL 62769
Para más información, llamar al:
(217) 544-6464 ext. 45591

Grupos de Apoyo para Pacientes de Cáncer en General y Cuidadores

Carle Cancer Center
602 W. University Avenue
Urbana, IL 61801
(217) 383-3150
Se requiere inscripción. Llama para obtener más información.
www.carle.org

Grupos de Apoyo durante el Luto

Opciones: Apoyo durante el Luto para viudas, padres e hijos

Fox Valley Volunteer Hospice
200 Whitfield Drive Geneva, IL 60134
(630) 232-2233
Se requiere inscripción. Llama para obtener más información.
www.fvvh.org

Grupos de Apoyo durante el Luto Horizon Palliative & Hospice Care Center

833 West Chicago Avenue
Chicago, IL 60642
(312) 733-8900
Se requiere inscripción. Llama para obtener más información.
www.horizonhospice.org/bereavement

Horizon Palliative & Hospice Care Center

3408 Vollmer Road
Olympia Fields, IL 60461
(708) 283-8150
Se requiere inscripción. Llama para obtener más información.
www.horizonhospice.org/bereavement

Midwest Palliative & Hospice Care Center

2050 Claire Court Glenview, IL 60025
(847) 467-7423
Llama para obtener más información.
www.carecenter.org/grief-support

Organizaciones de Cáncer de la Sangre

Además de los servicios para pacientes con cáncer de la sangre que son ofrecidos por la Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma, hay organizaciones que se centran en tu enfermedad específica. Te alentamos a que te contactes con estas organizaciones específicas con tu diagnóstico. Podrán brindarte servicios de apoyo adicionales como material educativo, recursos específicos para el diagnóstico y programas de asistencia financiera.

La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma

954 W. Washington Boulevard,
Oficina 305
Chicago, IL 60607
(312) 568-7716
www.LLS.org/il
En Español: www.lls.org/espanol

Fundación para la Investigación de la Leucemia

3520 Lake Avenue, Oficina 202
Wilmette, IL 60091
(847) 424-0600
www.leukemia-research.org

Fundación para la Investigación del Linfoma

1700 W. Irving Park Rd.
Chicago, IL 60613
(312) 263-1717
www.lymphoma.org

Fundación para la Investigación del Mieloma Múltiple

383 Main Avenue, Piso 5
Norwalk, CT 06851
(203) 229-0464
www.themmr.org

Fundación de Síndromes Mielodisplásicos

4573 S. Broad Street, Oficina 150
Yardville, NJ 08620
(800) MDS-0839
www.mds-foundation.org
En Español: disponible (traductor de Google)

Para obtener un listado completo de los recursos pediátricos, visita www.lls.org/il y selecciona la opción "Programas de Apoyo para Pacientes".

American Childhood Cancer Organization

Casilla Postal 498
Kensington, MD 20895
(855) 858-2226
www.acco.org

Bear Necessities Pediatric Cancer Foundation

55 W. Wacker Drive, Oficina 1100
Chicago, IL 60601
(312) 214-1200
www.bearnecessities.org

Fundación para la Recuperación del Cáncer en los Niños

Casilla Postal 238
Hershey, PA 17033
(800) 238-6479
www.childrenscancerrecovery.org

Asociación de Investigación de la Leucemia en los Niños

585 Stewart Avenue, Oficina 18
Garden City, NY 11530
(516) 222-1944
www.childrensleukemia.org

Servicios de Oncología para Niños

213 W. Institute Place, Oficina 511
Chicago, IL 60610
(312) 924-4220
www.onestepcamp.org

Kids Konnected: Cancer Support & Education

(800)899-2866
www.kidskonnected.org

LIVESTRONG

2201 E. Sixth Street
Austin, TX 78702
(877) 236-8820
www.livestrong.org
En Español:
www.livestrong.org/?lang=es-es

Fundación Make-A-Wish de Illinois

640 N. LaSalle Drive, Oficina 280
Chicago, IL 60654
(800) 978-9474
www.wish.org

Pediatric Oncology Treasure Chest Foundation

15430 70th Court
Orland Park, IL 60462
(708) 687-TOYS (8697)
www.treasurechest.org

A Special Wish Foundation Inc, Oficina de Chicago

Casilla Postal 577248
Chicago, IL 60657
(312) 962-4442
www.aswchicago.org

Super Sibs

660 N. First Bank Drive
Palatine, IL 60067
(847) 462-4742
www.supersibs.org

Recursos para Adolescentes y Adultos Jóvenes

Para obtener un listado completo de los recursos para adolescentes y adultos jóvenes, visita www.lls.org/ il y selecciona la opción "Patient Support Programs."

3 Little Birds 4 Life

808 Pennsylvania St.
Collinsville, IL 62234
(618) 977-0519
www.3littlebirds4life.org

Cancer Really Sucks

www.cancerreallysucks.org

Critical Mass Young Adult Cancer Alliance

2201 E. Sixth Street
Austin, TX 78702
(877) 236-8820
<http://criticalmassevents.org>

FertileHOPE

2201 E. Sixth Street
Austin, TX 78702
855.220.7777
<http://www.fertilehope.org/>

First Descents

100 Arapahoe Avenue, Oficina 8
Boulder, CO 80302
(303) 945-2490
www.firstdescents.org

Group Loop

www.grouploop.org

I Had Cancer

www.ihadcancer.com

LIVESTRONG

2201 E. Sixth Street
Austin, TX 78702
(877) 236-8820
www.livestrong.org
En Español:
www.livestrong.org/?lang=es-es

The SAM Fund

89 South Street, Oficina LL02
Boston, MA 02111
(617) 938-3484
www.thesamfund.org

SeventyK

www.seventyk.org

Stupid Cancer

40 Worth Street, Oficina 808
Nueva York, NY 10013
(877) 735-4673
www.stupidcancer.com

Teens Living with Cancer

www.teenslivingwithcancer.org

True North Treks

(773) 972-2367
www.truenorthtreks.org

Twist Out Cancer

www.twistoutcancer.org

Ulman Cancer Fund

6310 Stevens Forest Road,
Oficina 210
Columbia, MD 21046
www.ulmanfund.org

Who Cares:**Teen Cancer America**

www.teencanceramerica.org

Recursos de Campus**Campamento COCO**

Para niños de entre 6 y 16 años de Illinois central y del sur con cáncer y sus hermanos. Para obtener más información, ponte en contacto con: Fundación SIU
Facultad de Medicina
927 N. Rutledge Street, Casilla Postal 19666
Springfield, IL 62794
(217) 545-2955
www.siumed.edu/foundation/campcoco.htm

Campamento Hope

Campamento de verano de una semana en junio y agosto para niños de entre 6 y 12 años cuyos padres o familiares tienen cáncer. El Campamento está ubicado en el centro Edward Health & Fitness Center en Woodridge.
Para obtener información, llama al (630) 646-6054/6111

Campamento Kesem

Campamento de una semana para niños de entre 6 y 16 años que tienen o han tenido un padre con cáncer. Los campamentos están asociados con Augustana College, la Universidad de Northwestern y la Universidad de Illinois.
<http://campkesem.org>

Campamento Quality - Illinois

Campamento de una semana para niños de entre 5 y 17 años con cáncer. El campamento está ubicado en Frankfort, Illinois. Para obtener más información, ponte en contacto con:
Casilla Postal 641
Lansing, IL 60438
(708) 895-8311

Children's Oncology Services, INC

Campamento de Verano One Step at a Time

Campamento nocturno de una o dos semanas para niños de entre 7 y 19 años con cáncer

Campamento de Día One Step at a Time en Chicago

Un campamento de pocos días a principios de primavera para niños de entre 5 y 10 años con cáncer.

Otros programas One Step at a Time Dude Ranch, Family Camp, Sibling Camp, Ski Program, Springfield y programas DC Advocacy,

Whitewater Adventure y Winter Camp.

Para obtener más información:
213 West Institute Place,
Oficina 511
Chicago, IL 60610
(312) 924-4220
www.onestepcamp.org

Campamento TLC

Un día de campamento semanal para niños de entre 5 y 13 años con cáncer o niños con un hermano que tiene cáncer. El campo TLC está ubicado en Lombard, Illinois.
(630) 730-4290 o (630) 464-3974
www.tlccamp.org

Recursos entre Pares

Programa Primera Conexión

La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma
954 W. Washington Blvd,
Oficina 305
Chicago, IL 60607
(312) 651-7353
www.lls.org/il
En Español: www.lls.org/espanol

Red de Apoyo para Pacientes con Linfoma

Fundación para la Investigación del Linfoma
1700 W. Irving Park Rd.
Chicago, IL 60613
(312) 263-1717
www.lymphoma.org

Red de Apoyo entre Pares

Fundación Internacional de Anemia Aplásica y SMD

100 Park Avenue, Oficina 108
Rockville, MD 20850
(800) 747-2820
www.aamds.org

One-on-One Cancer Support Imerman Angels

400 W. Erie Street, Oficina 405
Chicago, IL 60654
(312) 274-5529
Llama para obtener más información.
www.imermanangels.org

Comunidades y Apoyo en Línea

Sociedad Americana del Cáncer, Oficina de Illinois

225 N Michigan Avenue,
Oficina 1210
Chicago, IL 60601
(312) 372-0471
www.cancer.org
En Español:
www.cancer.org/espanol

Programas de Asistencia Financiera

12 Oaks Foundation

668 Indian Path Road
Grayslake, IL 60030
(847) 508-1168
www.12oaksfoundation.org

Sociedad Americana del Cáncer

Oficina de Illinois
225 N Michigan Ave. Oficina 1210
Chicago, IL 60601
(312) 372-0471
www.cancer.org
En español: www.cancer.org/espanol

Fundación Internacional de Anemia Aplásica y SMD

100 Park Avenue, Oficina 108
Rockville, MD 20850
(800) 747-2820
www.aamds.org

Fundación de Médula Ósea

515 Madison Avenue, Oficina 1130
Nueva York, NY 10022
(800) 365-1336
www.bonemarrow.org
Manuales disponibles en español: <http://bonemarrow.org/resources-for-patients-and-families/publicaciones-en-espanol>

Fondo de Brenda Mehling contra el Cáncer

24152 Lyons Avenue, Oficina 157
Santa Clarita, CA 91321
(661) 310-7940
www.bmcf.net

CancerCare

275 Seventh Avenue
Nueva York, NY 10001
(800) 813-4673
www.cancercare.org
En español:
www.cancercare.org/espanol

Centros de Caridad Católicos

721 N LaSalle Street
Chicago, IL 60654
(312) 655-7700
www.catholiccharities.net
En español:
www.catholiccharities.net/espanol

Chronic Disease Fund

6900 N. Dallas Parkway, Oficina
200
Plano, TX 75024
(877) 968-7233
www.cdfund.org

**Fundación para Niños
con Cáncer**

11327 Gravois Road, Oficina 202
St. Louis, MO 63126
(866) 800-8860
www.childrenwithcancer.org

**La Sociedad de Lucha contra
la Leucemia y el Linfoma**

954W. Washington Blvd.,
Oficina 305
Chicago, IL 60607
(312) 651-7353
www.lls.org/il
En español: www.lls.org/espanol/

**Fundación para la
Investigación de la
Leucemia**

3520 Lake Avenue, Oficina 202
Wilmette, IL 60091
(847) 424-0600
www.leukemia-research.org

**Fundación para la
Investigación del Linfoma**

1700 W. Irving Park Rd.
Chicago, IL 60613
(312) 263-1717
www.lymphoma.org

**Fundación para la
Investigación del Mieloma
Múltiple**

383 Main Avenue, Piso 5
Norwalk, CT 06851
(203) 229-0464
www.themmr.org

**Fundación de Síndromes
Mielodisplásicos**

4573 S. Broad Street, Oficina 150
Yardville, NJ 08620
(800) MDS-0839
www.mds-foundation.org

The SAM Fund

89 South Street, Oficina LL02
Boston, MA 02111
(617) 938-3484
www.thesamfund.org

**Fundación Infantil
UnitedHealthcare**

Casilla Postal 41, MN012-S286
Minneapolis, MN 55440-0041
(800) 328-5979
www.uhccf.org

Otros Recursos Útiles

Red de Información BMT

2310 Skokie Valley Road,
Oficina 104
Highland Park, IL 60035
(847) 433-3313
www.bmtinfontet.org

Cáncer y Carreras

286 Madison Avenue, Piso 19
Nueva York, NY 10017
(212) 685-5955
www.cancerandcareers.org
En español:
www.cancerandcareers.org/es

CancerCare

275 Seventh Avenue
Nueva York, NY 10001
(800) 813-4673
www.cancercare.org
En español: www.cancercare.org/espanol

Cancer Legal Resource Center

800 South Figueroa Street,
Oficina 1120
Los Angeles, CA 90017
(866) 843-2572
www.cancerlegalresourcecenter.org
En español:
www.disabilityrightslegalcenter.org/en-espanol

Caring Bridge

1715 Yankee Doodle Road,
Oficina 301
Eagan, MN 55121
(651) 452-7940
www.caringbridge.org

CarePages, Inc

345 Hudson Street, Piso 16
Nueva York, NY 10014
(646) 728-9500
www.carepages.com

Centros de Servicios de Medicare y Medicaid

7500 Security Boulevard
Baltimore, MD 21244
(800) MEDICARE
www.medicare.gov
En español:
<http://es.medicare.gov/>

Cleaning for Cancer

Casilla Postal 2070
Ft. Lauderdale, FL 33303
patient@cleaningforcancer.org

Cleaning For A Reason

211 S. Stemmons, Oficina G
Lewisville, TX 75067
(877) 337-3348
www.cleaningforareason.org

FertileHOPE

2201 E. Sixth Street
Austin, TX 78702
855.220.7777
<http://www.fertilehope.org/>

Heartland Blood Center

1200 N. Highland Ave
Aurora, IL 60506
(630) 892-7055
www.heartlandbc.org

**Departamento de Servicios
Humanos de Illinois**

100 S. Grand Avenue East
Springfield, IL 62762
(800) 843-6154
www.dhs.state.il.us

LifeSource

(877) 543-3768
www.lifefsource.org

Lotsa Helping Hands

34 Washington Street, Oficina 310
Wellesley Hills, MA 02481
www.lotsahelpinghands.com
Otros Recursos Útiles

**Coalición Nacional para los
Sobrevivientes de Cáncer**

1010 Wayne Avenue, Oficina 770
Silver Spring, MD 20910
(877) NCCS-YES
www.canceradvocacy.org

**Programa Nacional de
Donantes de Médula Ósea**

Sea Donante
3001 Broadway Street N.E.,
Oficina 100
Minneapolis, MN 55413
(888) 999-6743
www.bethematch.org

**National Patient
Travel Center**

4620 Haygood Road, Oficina 1
Virginia Beach, VA 23455
(800) 296-1217
www.patienttravel.org

**The Oncofertility
Consortium**

303 E. Superior Street, Oficina
10-121
Chicago, IL 60611
(312) 503-3378
www.oncofertility.northwestern.edu

**Fundación de Defensa
de los Pacientes**

421 Butler Farm Road
Hampton, VA 23666
(800) 532-5274
www.patientadvocate.org

Second Act: Pelucas

3020 N. Lincoln Avenue
Chicago, IL 60657
(773) 525-2228

Agradecimiento

Queremos agradecer a este generoso patrocinador que con su apoyo hizo posible este programa.



Sociedad de Lucha contra la Leucemia
y el Linfoma Oficina de Illinois



LEUKEMIA &
LYMPHOMA
SOCIETY®

fighting blood cancers

954 W. Washington Blvd.
Suite 305
Chicago, IL 60607
312.651.7350
www.lls.org/il