IMPACT Improving Access, Counseling and Treatment for Californians with Prostate Cancer

Patient Volume 1, Issue 1 March 2002

El cáncer de próstata y su salud

Las enfermeras administradoras de casos

Para muchas personas recibir tratamiento para cáncer de próstata puede ser una experiencia difícil y llena de miedo. Desafortunadamente, miembros del programa IMPACTO se encuentran entre estas personas. Por eso, para tratar de resolver estos problemas, el programa IMPACTO ha contratado los servicios de una enfermera administradora de casos. Ella servirá como su consejera personal y lo ayudará a resolver todo tipo de problemas que usted tenga durante su tratamiento de cáncer de próstata.

Una de las metas del programa IMPACTO es ponerlo a usted a cargo de su tratamiento. Con la ayuda de la enfermera administradora de casos usted nos ayudará a conseguir esta meta.

Una de las muchas responsabilidades de la enfermera administradora de casos es darle a usted materiales informativos acerca del cáncer de próstata y de las varias opciones de tratamiento que usted tiene. Después de haber leído esta información usted podrá tomar decisiones sobre el procedimiento de su tratamiento.

El tratamiento para cáncer de próstata puede causar muchos cambios en su cuerpo. Estos cambios pueden sentirse raros y hacerlo sentir incomodo. La enfermera administradora de casos se encargará de explicarle estos cambios y también le enseñará cómo cuidarse antes, durante y después de su tratamiento.

Durante el proceso de tratamiento, el programa IMPACTO ofrece muchos servicios a sus pacientes. La enfermera administradora de casos es quien maneja esos servicios. Ella lo mantendrá informado de cualquier servicio que lo pueda beneficiar.

Las enfermeras administradoras de casos también están entrenadas para ayudarle a resolver problemas emocionales que usted tenga mientras esté recibiendo tratamiento. Considérela como su amiga, si sólo necesita hablar, ella estará ahí para escucharlo.

Las enfermeras Administradoras

Los Angeles
Barbara Clerkin, RN, MPH
1-800-409-UCLA

Sacramento
Connie Kishbaugh, RN, BSN, OCN
1-866-461-5023

San Francisco
Nannett Perez, RN, MS, ANP
1-866-549-4819

Consejo del mes...

Coma más hongos.

Por mucho tiempo se pensó que los hongos no tenían algún beneficio para la salud. Sin embargo, recientemente, investigadores médicos han descubierto que los hongos están llenos de sustancias que ayudan a combatir el cáncer. Así que ahora que ya sabe esto, ¡no espere más y coma hongos porque son buenos para su salud!

Heidi, su especialista en nutrición

¡No deje su salud a merced de los demás! ¡Tome control de su vida!
¡Luche contra el cáncer de próstata por medio de lo que come!

Mientras decide qué tratamiento contra el cáncer es mejor para usted, puede hacer cambios en su dieta que pueden ayudarle a su cuerpo a prepararse para dicho tratamiento. Coma por lo menos cinco frutas y verduras de diferentes tipos y colores todos los días. Ambos contienen sustancias que ayudan a su cuerpo a combatir enfermedades.

Aquí abajo encontrará una pequeña lista de algunas de las comidas que contienen sustancias que ayudan a su cuerpo a luchar contra el cáncer de próstata:

- Tomates y productos hechos con tomate, guayabas, sandías y toronjas.
- Frijoles de soya, polvo de proteína de soya, nueces de soya, tofú y otros productos a base de soya, como las hamburguesas de soya.
- Herrín, salmón, salmón enlatado, Mackerel, Bluefish, pez espada, atún fresco, atún blanco de albacora enlatado.
- Aceite de canola, nueces y verduras con hojas verde-oscuras como la espinaca y la col rizada.

El tiempo antes de comenzar el tratamiento es importante, así que aprovéchelo comiendo las comidas mencionadas arriba y también incluya suficientes frutas y verduras frescas.

Heidi Frith-Smith, MPH, RD es la especialista en nutrición del programa IMPACTO. Si tiene preguntas en como mejorar su dieta ó le gustaría una lista más completa de los alimentos que le ayudan a luchar contra el cáncer, dígale a la administradora de casos y ella lo pondrá en contacto con Heidi.

IMPACT
Box 957180
Los Angeles, CA 90095-7180