

# PREPARACIÓN PARA EL TRASPLANTE

Si usted y su médico deciden avanzar con un trasplante de sangre o médula ósea, quizá tenga muchas preguntas. El asistente social de su centro de trasplantes es un buen lugar donde empezar. Su asistente social puede ayudarlo a prepararse escuchando sus inquietudes y respondiendo a sus preguntas sobre lo que tendrá que hacer. También puede decirle qué servicios de apoyo hay para los receptores de trasplantes y sus familias.

## **COSAS QUE DEBE HACER AL PLANIFICAR EL TRASPLANTE**

- ✓ Haga una lista de los teléfonos importantes. Comparta la lista con toda la familia. Incluya los nombres y los números de su equipo de atención médica y de sus cuidadores.
  - ✓ Anote información importante sobre las cuestiones financieras. Dígale a su cuidador dónde guardará esta información.
  - ✓ Pregunte en su banco qué es necesario que haga para que su cuidador pueda ocuparse de ciertas transacciones por usted.
  - ✓ Planifique cómo se pagarán las facturas mientras esté en el hospital y durante su recuperación.
  - ✓ Pida ayuda con las tareas domésticas y otros quehaceres durante su ausencia.
  - ✓ Las personas allegadas a usted querrán saber cómo pueden ayudar. Piense en asignarles tareas para que hagan para usted y su familia.
  - ✓ Si tiene hijos, programe horarios y haga planes sobre cómo cuidarán de ellos mientras usted no esté en casa. Cuénteles a sus hijos y a las otras personas involucradas qué planes ha hecho.
- ✓ Si usted es la única persona que puede autorizar que se les brinde atención médica a sus hijos, dele una autorización para atención médica a su cuidador o a alguien de confianza que les dé permiso para ello. Pida al médico de sus hijos que le dé un formulario de autorización para atención médica.

## **¿CÓMO ME PUEDO PREPARAR EMOCIONALMENTE?**

Pasar por una enfermedad grave y su tratamiento puede resultar estresante. Quizá le ayude hablar con alguien sobre lo que está viviendo. Para ello, puede:

- Decirles a sus familiares y amigos cómo se siente y cómo pueden brindarle apoyo.
- Decirles a sus hijos qué es lo que pueden esperar durante y después de su tratamiento.
- Hablar con otros pacientes que estén atravesando un trasplante o que ya lo hayan recibido.



El programa *Peer Connect* de Be The Match puede ponerlo en contacto a usted o su cuidador con alguien que ya haya pasado por el proceso del trasplante. Nuestros voluntarios capacitados del programa están disponibles para hablar por teléfono o comunicarse por correo electrónico. Visite [BeTheMatch.org/patient-peerconnect](http://BeTheMatch.org/patient-peerconnect) para pedir que lo pongan en contacto.

También puede conectarse con otros receptores de trasplantes y cuidadores en la página de Be The Match Patients Connect en Facebook.

## ¿CÓMO PUEDO AYUDAR A MI HIJO A PREPARARSE EMOCIONALMENTE?

Los niños expresan sus emociones de maneras diferentes. Si le preocupa la salud emocional de su hijo, hay cosas que puede hacer para ayudar. Sus estrategias probablemente variarán dependiendo de la edad de su hijo.

- Aliente a su hijo a expresar cómo se siente.
- Cuénteles historias de cómo se ha sentido usted en situaciones similares, cómo manejó la situación (para bien o para mal) y cómo resultó.
- Compartan lo que sienten y resuelvan los problemas juntos. Puede intentar ofrecerle maneras creativas de expresar lo que siente, como dibujar o escribir un cuento.
- Reconfórtele estando a su lado. Cárguelo, abrácelo u ofrézcale masajearle las manos o la espalda.
- Exprésele afecto y aliento. Diga cosas como “Te quiero”, “Estoy orgulloso de ti” y “Tienes mi apoyo”.

Tal vez le ayude a su hijo saber más sobre el trasplante. *Súper Sam contra los monstruos de la médula* es un video de dibujos animados sobre el trasplante creado por Be The Match para los niños y sus familias. Visite [BeTheMatch.org/SuperSam](http://BeTheMatch.org/SuperSam) para obtener el video de Súper Sam y otra información que pueda ayudarlo a preparar a su hijo para el trasplante y brindar apoyo a su familia a lo largo de todo el proceso.

## ¿CÓMO ME PUEDO PREPARAR ECONÓMICAMENTE?

Aunque tenga seguro, es posible que este no pague algunos costos. Algunos de estos costos son deducibles, copagos y alojamiento. Algunos planes de seguro de salud no cubren trasplantes. Algunos cubren el trasplante, pero quizá no cubren todos los servicios que usted necesita antes o después del trasplante.

Es posible que pueda conseguir ayuda económica para cubrir algunos de estos costos. Al planificar con anticipación, podrá saber de antemano qué pagará su seguro y qué podría tener que pagar usted.

Para ello, puede:

- Hablar con el coordinador financiero de su centro de trasplantes. Esta persona puede hablar con usted y ayudarlo a entender sus beneficios. El coordinador financiero también puede hablar con su compañía de seguros para averiguar más sobre su cobertura.
- Hablar con el asistente social de su centro de trasplantes. Esta persona puede ayudarlo a encontrar ayuda económica y solicitar subvenciones a través de Be The Match u otros programas de ayuda económica.

Si hay costos que el seguro no cubre, el coordinador financiero puede ayudarlo a coordinar el pago con su centro de trasplantes, o a apelar la decisión de la compañía de seguros. Usted tiene derecho a pedir a su plan de seguro de salud que pague un tratamiento o servicio en particular, incluso si ya le han denegado cobertura. Si no tiene seguro, tal vez reúna los requisitos para acogerse a un programa estatal o de su condado, o recibir otras formas de ayuda económica. El coordinador financiero y el asistente social de su centro de trasplantes pueden ayudarlo a obtener más información sobre sus opciones.

## ¿EN QUÉ OTRA COSA DEBERÍA PENSAR?

### El trasplante y la fertilidad

Si quiere tener hijos en el futuro, dígaselo al médico, enfermero o asistente social antes de comenzar su tratamiento. La quimioterapia y la radiación pueden disminuir la fertilidad (su capacidad de tener hijos). Pero podría haber maneras de que conserve, o preserve, la fertilidad.

Pregunte al médico cuáles son sus opciones para preservar la fertilidad. Algunos pacientes receptores de trasplantes consideran congelar semen, óvulos o embriones. Si no quiere hacer o no puede hacer ninguna de estas cosas, puede haber otras opciones para usted. Algunas parejas pueden tener un hijo usando semen u óvulos donados, y otras pueden decidir adoptar.

### La preparación de un testamento vital

Al asegurarse de que su equipo de atención médica y su familia entienden qué desea usted con respecto a su tratamiento puede contribuir a que tenga un mayor control sobre su propia atención médica.

Es conveniente preparar un documento de voluntades previas para cuestiones de atención

médica, lo que suele conocerse como “testamento vital”. En un testamento vital puede decir qué tipo de tratamiento desea y cuál no quiere recibir si queda incapacitado para hablar por sí mismo. También puede designar a alguien para que tome las decisiones médicas en su nombre.

Es importante que su familia y su equipo médico conozcan los deseos que usted incluye en su testamento vital. Al saber cuáles son sus objetivos y deseos con respecto al tratamiento, su familia y su equipo médico no tendrán que adivinar qué tipo de atención desearía y cuál no desearía recibir.

Los testamentos vitales pueden resultar útiles a lo largo de todo el tratamiento. Por ejemplo, si está verdaderamente enfermo durante una complicación temporal, podría haber un período breve durante el cual usted no puede decirles a los médicos lo que quiere. En esos momentos breves, el equipo de atención médica puede preguntar a la persona que usted ha designado.

Be The Match puede ayudarlo a prepararse para el trasplante y a averiguar más sobre recursos financieros, y también puede brindarle apoyo emocional. Comuníquese con nosotros llamando al **1 (888) 999-6743** o en **pacienteinfo@nmdp.org**.

La última revisión médica se realizó en marzo de 2015.



## EN CADA PASO, ESTAMOS **AQUÍ PARA AYUDAR**

### Al transitar el proceso del trasplante, no estará solo. Be The Match® está listo para ayudar.

Ofrecemos muchos programas y recursos gratuitos para apoyarlos a usted, sus cuidadores y familiares antes, durante y después del trasplante. Conéctese con nosotros de la manera que le resulte más conveniente.

INFORMACIÓN: **BeTheMatch.org/patient**

CORREO ELECTRÓNICO: **pacienteinfo@nmdp.org**

PEDIDOS: **BeTheMatch.org/request**

TELÉFONO: **1 (888) 999-6743**

Nuestros programas y recursos ofrecen ayuda en 11 idiomas, e incluyen personal bilingüe en español y traducción en más de 100 idiomas.

VISITE: **BeTheMatch.org/translations**



Para cada persona, la situación médica, la experiencia del trasplante y la recuperación son únicas. Siempre debe consultar a su propio equipo del trasplante o a su médico familiar con respecto a su situación. Esta información no pretende reemplazar, y no debe reemplazar, el criterio médico ni el consejo de un médico.