

6 MESES

GUÍA PARA LA ATENCIÓN DESPUÉS DEL TRASPLANTE

GUÍA PARA EL EXAMEN DE CONTROL DE LOS **6 MESES**

A continuación, encontrará información sobre los exámenes físicos y las evaluaciones que se recomienda hacer 6 meses después del trasplante. Puede usar esta información para ayudarlo a preparar cualquier pregunta o duda que quiera consultar con el médico. **En el glosario encontrará las definiciones de las palabras que aparecen en negrita.**

Huesos

- Consulte sobre maneras de evitar la pérdida de densidad ósea, que incluyen actividad física y suplementos de vitamina D y calcio.

*Si tiene **EICH** o está utilizando **inmunosupresores**, es posible que necesite:*

- Un examen de medición de la densidad ósea (mediante un **estudio DEXA**).

Examen de detección de cáncer

- Consulte al médico sobre su riesgo de tener otro cáncer.

*Si tiene **EICH**, es posible que necesite:*

- Exámenes de detección más frecuentes de cáncer bucal.

Salud emocional

- Hable con el médico sobre su bienestar general o calidad de vida.
- Hable sobre lo que siente (salud emocional).
- Hable sobre la salud emocional de su familia y su cuidador.
- Pregunte sobre terapeutas y grupos de apoyo en su zona.
- Haga cualquier pregunta que tenga sobre su salud sexual.

Sistema endocrino

(hormonas tiroideas, de crecimiento, sexuales)

Pruebas para los niños:

- Hable con el médico de su hijo sobre el desarrollo sexual. Es posible que su hijo necesite análisis de sangre para medir los niveles de las hormonas sexuales.
- **Evaluación de la tasa de crecimiento**
- Su hijo puede necesitar análisis de sangre para controlar el **tiroides** y el **funcionamiento de la hormona de crecimiento** y tal vez tenga que ver a un endocrinólogo.

*Si tiene **EICH** o está utilizando **inmunosupresores**, es posible que necesite:*

- Utilizar más dosis de corticoesteroides (como prednisona) si la enfermedad empeora mucho.
- Reducir gradualmente la dosis de corticoesteroides cuando sea el momento de dejar de utilizarlos.

Ojos

- Esté atento a síntomas oculares como dolor o sequedad.
- Controle qué tan bien ve (examen de la vista).
- Si tiene síntomas oculares o problemas para ver, pida ver a un especialista en ojos (**oftalmólogo**).

*Si tiene **EICH**, es posible que necesite:*

- Ver a un especialista en ojos con más frecuencia.

Fertilidad

- Pida consejo al médico sobre anticonceptivos.

Salud general

- Realícese evaluaciones periódicas para detectar presión arterial alta, colesterol, diabetes, depresión, infecciones de transmisión sexual, osteoporosis y cáncer.

Corazón y vasos sanguíneos

- Consulte sobre un estilo de vida “saludable para el corazón” (hacer ejercicio, mantener un peso saludable, comer alimentos sanos y no fumar).
- Si es necesario, reciba tratamiento para la diabetes, la presión arterial alta y el colesterol elevado.

Sistema inmunitario

- Consulte sobre medicamentos para prevenir infecciones, como **neumocistosis**.
- Pregunte si necesita vacunas para prevenir infecciones y enfermedades.

Si tiene EICH o está utilizando inmunosupresores, es posible que necesite:

- Medicación para prevenir infecciones como **meningitis** y **neumonía**.
- Análisis de sangre para detectar la infección por el **citomegalovirus (CMV)**.

Riñones

- Medición de la presión arterial.
- Si tiene presión arterial alta (hipertensión), empiece el tratamiento y hágase seguimiento periódico.
- **Prueba de concentración de proteína en la orina** para ver qué tan bien están funcionando los riñones.
- **Prueba de los niveles de filtración renal** (análisis de nitrógeno ureico en sangre [blood urea nitrogen, BUN]/creatinina) para ver qué tan bien están funcionando los riñones.
- Si no le funcionan bien los riñones, tal vez necesite más pruebas (ecografía o biopsia de riñón).
- Si tiene enfermedad renal crónica que está empeorando, no utilice medicamentos, hierbas medicinales ni suplementos que puedan dañarle los riñones. Pregúntele al médico cuáles pueden ser. Puede que tenga que ver a un especialista en riñón.

Hígado

- **Análisis de sangre de la función hepática** para ver si el hígado está funcionando correctamente.
- Si tiene hepatitis B o C, su médico se la controlará de cerca. Pregunte si tiene que ver a un especialista en hígado.

Pulmones

- Examen periódico de los pulmones.
- Dígale al médico si le falta el aire o si tiene una tos que no desaparece.
- Dígale al médico si usa tabaco o fuma. Pida ayuda para dejar de fumar.
- Si tiene o tuvo problemas para respirar, **pruebas de la función pulmonar** y estudios por imágenes (como radiografía de tórax y tomografía computarizada (computed tomography, CT)).

Si tiene EICH, es posible que necesite:

- Exámenes pulmonares y **pruebas de la función pulmonar** antes y con más frecuencia.

Boca

- Examen de la boca y los dientes.
- Examen para detectar cáncer bucal.
- Consulte al médico sobre síntomas como boca seca.
- Dígale al médico si usa tabaco o fuma.
Pida ayuda para dejar de fumar.
- Pregunte si necesita recibir un antibiótico antes de someterse a un procedimiento dental. El antibiótico previene las infecciones bacterianas en las válvulas del corazón.

Si tiene EICH, es posible que necesite:

- Hacerse exámenes de la boca y los dientes y pruebas de detección de cáncer bucal con más frecuencia.

Músculos

- Hable sobre el ejercicio que hace en la actualidad.

Si tiene EICH o está utilizando inmunosupresores, es posible que necesite:

- Hacerse una prueba para ver si tiene los músculos débiles (**miopatía**).
- Ver a un fisioterapeuta si tiene **miopatía, fascitis o esclerodermia**.
- Someterse a un examen de **amplitud de movimiento** para ver si ha sufrido **cambios escleróticos**.
- Aprender a medir su propia **amplitud de movimiento**.

Sistema nervioso *(cerebro, médula espinal y nervios)*

- Puede que necesite exámenes del **sistema nervioso**.
- Si tiene dificultad con la memoria y la concentración o para tomar decisiones, es posible que necesite más pruebas.

Piel y genitales

- Aprenda a hacerse un autoexamen de rutina de la piel.
- Consulte sobre los riesgos de estar al sol sin la protección adecuada.
- Dígale al médico si le duele o tiene algún otro problema con la actividad sexual.

Si tiene EICH o recibió irradiación corporal total, es posible que necesite:

- Preguntar al médico con qué frecuencia necesita exámenes ginecológicos o genitales.



GLOSARIO

Amplitud de movimiento: prueba que se usa para evaluar si una articulación (como el codo, la cadera o la muñeca) puede moverse correctamente y en todas las direcciones normales.

Análisis de sangre de la función hepática: análisis para ver qué tan bien está funcionando el hígado.

Cambios escleróticos: endurecimiento de la piel y otros tejidos como tejidos conectivos, músculos y articulaciones.

Citomegalovirus (CMV): un tipo de virus del herpes que puede causar infecciones (p. ej., **neumonía**).

Enfermedad del injerto contra el huésped (EICH): un efecto secundario frecuente que se observa después de un trasplante alogénico y se produce cuando las células nuevas provenientes del donante atacan las células del cuerpo del receptor.

Esclerodermia: cuando la piel se pone dura, gruesa y tirante. Puede causar debilidad muscular, articulaciones rígidas o dolor articular.

Estudio de absorciometría de rayos X de energía dual (dual-energy X-ray absorptiometry, DEXA): examen para medir la densidad ósea. A menudo se lo llama densitometría de doble fotón o DXA.

Evaluación de la tasa de crecimiento: comparación del crecimiento de una persona con el crecimiento promedio de la población general de la misma edad y sexo.

Fascitis: inflamación (enrojecimiento e hinchazón) del tejido conectivo que rodea los músculos, los vasos sanguíneos y los nervios. Suele ir acompañada de endurecimiento de la piel (ver **esclerodermia**).

Funcionamiento de la hormona de crecimiento: prueba para determinar si hay suficiente hormona de crecimiento en el cuerpo para un crecimiento normal.

Inmunosupresores: medicamentos que disminuyen la capacidad del organismo de combatir las infecciones. Estos medicamentos también contribuyen a prevenir y tratar la EICH.

Irradiación corporal total (Total body irradiation, TBI): radiación administrada antes del trasplante para matar las células cancerosas en todo el cuerpo.

Meningitis: inflamación (enrojecimiento e hinchazón) de las membranas que recubren el cerebro y la médula espinal. Puede deberse a una infección.

Miopatía: enfermedad y debilidad muscular. Los corticoesteroides que se usan para tratar la EICH crónica pueden causar debilidad muscular, especialmente en las piernas y los pies.

Neumocistosis: una forma de **neumonía** causada por un hongo similar a la levadura.

Neumonía: inflamación (enrojecimiento e hinchazón) de los pulmones causada por una infección.

Oftalmólogo: médico que trata enfermedades que afectan los ojos.

Pérdida de densidad ósea: los huesos se ponen débiles y quebradizos. Los huesos se pueden romper con más facilidad.

Prueba de concentración de proteína en la orina: mide la cantidad de proteínas que hay en una muestra de orina. Se usa para detectar la enfermedad renal.

Prueba de los niveles de filtración renal: mide el volumen de fluido filtrado por los riñones. Se usa para detectar la enfermedad renal crónica.

Pruebas de la función pulmonar: grupo de pruebas que miden qué tan bien están funcionando los pulmones.

Sistema endocrino: glándulas que segregan hormonas dentro del cuerpo. Las hormonas afectan el estado de ánimo y el crecimiento.

Sistema nervioso: las partes del cuerpo que controlan los movimientos y el pensamiento. El sistema nervioso incluye el cerebro, la médula espinal (dentro de la columna vertebral) y los nervios.

Tiroides: glándula que controla el metabolismo del cuerpo (con qué rapidez el organismo utiliza la energía).

Actúe: prepárese para su examen de control

- Programe una cita para su examen de control de los 6 meses con su médico especialista en trasplantes o su hematólogo/oncólogo.
- Lea los exámenes y las evaluaciones listados en las páginas de este folleto.
- Anote las preguntas o los temas que desearía consultar con el médico.
- Pregunte a los médicos si hay otras sugerencias específicas para su situación en particular.
- En el examen de control, pregunte al médico si tiene que programar citas con otros médicos o terapeutas (oftalmólogo, dentista, fisioterapeuta, ginecólogo u otros especialistas).
- Lleve esta guía al examen de control.

Comparta con su médico

Hay 2 maneras fáciles de compartir estas recomendaciones con sus médicos o su dentista:

- Lea esta guía con ellos en su próxima cita.
- Muéstreles que en [BeTheMatchClinical.org/guidelines](https://www.BeTheMatchClinical.org/guidelines) se pueden obtener recomendaciones clínicas de manera gratuita para imprimir, o bien mediante una aplicación para dispositivos móviles.



* Majhail NS, Rizzo JD, Lee SJ, et al. Recommended screening and preventive practices for long-term survivors after hematopoietic cell transplantation; Center for International Blood and Marrow Transplant Research (CIBMTR), American Society for Blood and Marrow Transplantation (ASBMT), European Group for Blood and Marrow Transplantation (EBMT), Asia-Pacific Blood and Marrow Transplantation Group (APBMT), Bone Marrow Transplant Society of Australia and New Zealand (BMTSANZ), East Mediterranean Blood and Marrow Transplantation Group (EMBMT) y Sociedade Brasileira de Transplante de Medula Ossea (SBTMO). Publicado conjuntamente en Biol Blood Marrow Transplant. 2012; 18(3): 348-371; Bone Marrow Transplant (2012) 47, 337-341; y Hematol Oncol Stem Cell Ther 2012; 5(1): 1-30.

El aniversario de 6 meses del trasplante es un hito importante en su recuperación. Esta guía contiene una lista de pruebas y preguntas para ayudarlo a prepararse para el examen de control de los 6 meses. También se ofrecen recomendaciones para sus citas anuales. Estas recomendaciones fueron realizadas por médicos especialistas en la atención después del trasplante.*

Por qué su examen de control de los 6 meses es importante

Ya sea que haya recibido un trasplante **autólogo** o **allogénico**, la atención de seguimiento es importante. Ayuda a los médicos a encontrar cambios en su estado de salud, como:

- La enfermedad ha regresado (recidiva).
- Problemas debidos al tratamiento.
- Cambios en la calidad de vida.

Cuando los problemas se detectan cuando recién empiezan, puede haber más opciones de tratamiento, y esos tratamientos pueden funcionar mejor.

Aunque se sienta bien, los exámenes de control posteriores al trasplante son muy importantes para que se mantenga sano.

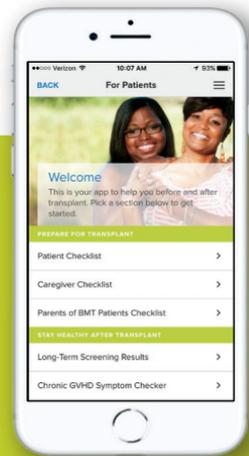
Acerca de esta guía

Esta guía está basada en recomendaciones para la atención después del trasplante desarrolladas por médicos e investigadores del mundo entero.* Esta información no pretende sustituir las recomendaciones de su médico especialista en trasplantes. Quizás usted necesite exámenes o evaluaciones diferentes según cuál sea su situación en particular. **Su médico especialista en trasplantes es quien mejor lo conoce, así que siga sus recomendaciones cuidadosamente.**

APLICACIÓN GRATUITA PARA DISPOSITIVOS MÓVILES

Use nuestra aplicación gratuita para dispositivos móviles para:

- Acceder a estas recomendaciones, en cualquier momento, en cualquier lugar.
- Hacer una lista de exámenes y evaluaciones específicos para su situación en particular.
- Enviar información por correo electrónico a usted mismo o a su equipo de atención médica.
- Identificar posibles síntomas de la EICH crónica.
- Programar recordatorios para citas médicas, utilizar los medicamentos y hacer ejercicio.



Busque “transplant guide” (guía para el trasplante) en las tiendas de aplicaciones de Apple® o Android™ para descargarla.

Encuéntrela en línea en [BeTheMatch.org/patient-after](https://www.bethematch.org/patient-after)

Nuestra misión es ayudar

El Centro de Apoyo al Paciente de Be The Match® está aquí para ayudarlo a obtener información confiable y fácil de entender, desde el diagnóstico hasta la recuperación. Todos nuestros programas y recursos son **GRATUITOS**.

Nuestros servicios incluyen:

- Asesoramiento por teléfono y apoyo personalizado y confidencial.
- Subvenciones económicas para los pacientes.
- Grupos de apoyo y talleres por vía telefónica.
- Apoyo para el cuidador.
- Consejos para hablar con su equipo de atención médica.
- Libros educativos, DVD, gacetillas y hojas informativas.
- Información y apoyo en muchos idiomas.

Comuníquese con nosotros en pacienteinfo@nmdp.org o llamando al **1 (888) 999-6743**.

Notas:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Recursos solo para usted

- **EN LÍNEA:**
BeTheMatch.org/patient-after
- **BOLETÍN ELECTRÓNICO:**
BeTheMatch.org/patient-eneews
- **FACEBOOK:**
facebook.com/BeTheMatchPatient

