



Guía para el paciente sobre el cáncer de mama

A nuestros pacientes:

El cáncer de mama puede ser un camino muy difícil de recorrer. Nuestro objetivo en Ochsner es ayudar a eliminar cualquier obstáculo que pueda encontrarse para no perder el rumbo.

Nuestro equipo de radiólogos, patólogos, cirujanos, oncólogos médicos y oncólogos radioterapeutas del Programa de Cáncer de Mama de Ochsner son especialistas en la evaluación y el manejo de enfermedades de las mamas. Trabajan juntos para ofrecer a las mujeres servicios integrales de salud de las mamas y un diagnóstico rápido. Puede obtener más información sobre su equipo de atención médica personalizada en la página 11 de esta guía.

Esta guía puede ayudarla a mantenerse organizada e informada sobre su atención médica. Si desea obtener más información sobre los componentes de su atención médica, visite ochsner.org/cancer-care.

Avísenos si tiene alguna sugerencia o algún comentario sobre nuestros materiales para pacientes. Nos empeñamos en seguir mejorando la calidad de la información que les brindamos a los pacientes.

Sus comentarios son muy valiosos para nosotros.

Su equipo de atención del cáncer de mama de Ochsner

Índice

Números de teléfono importantes.....	1
Mi calendario.....	2
Lista de verificación del tratamiento de las mamas.....	6
Entienda su informe de patología.....	7
Servicios de apoyo.....	9
Nuestro enfoque integral de equipo.....	11
Atención médica de seguimiento después del tratamiento.....	17
Nutrición para pacientes con cáncer de mama.....	18
Tratamientos complementarios y alternativos.....	19
Hable con su familia sobre el cáncer de mama.....	21
Recursos sobre el cáncer de mama.....	22
Cómo retribuir.....	25
Notas.....	26

Números de teléfono importantes

Operadora principal de Ochsner.....	504-842-3000
Número principal de Ochsner Baptist.....	504-899-9311
Número principal de Ochsner Baton Rouge.....	225-761-5200
Cirugía de Ochsner Baton Rouge.....	225-761-5459
Número principal del Centro Médico Ochsner - Jefferson Highway.....	504-842-4000
Número principal de Ochsner Westbank.....	504-392-3131
Servicios de facturación / cuentas de pacientes.....	504-842-4190
Centro de Donantes de Sangre.....	504-842-3375
Brent House Hotel.....	504-835-5411
Investigación sobre el cáncer (ensayos clínicos).....	504-842-3910
Quimioterapia / Clases de quimioterapia.....	504-842-3910
Coordinadores financieros.....	504-842-6498 855-226-6523
The Gayle and Tom Benson Cancer Center.....	504-842-3910
Asesoramiento y pruebas genéticas.....	504-842-2664
Lieselotte Tansey Breast Center.....	504-842-6406
Clínica de Linfedema.....	504-842-4348
Mamografía (imágenes mamarias).....	504-842-6406
Asesor de enfermería.....	Nueva Orleans 504-842-6518 o 504-703-6150 Baton Rouge 225-754-3272
Servicios nutricionales oncológicos.....	504-842-3910
Servicios psicológicos oncológicos.....	504-842-3910
Trabajador social oncológico.....	Nueva Orleans 504-842-3910 Baton Rouge 225-761-5200
Estacionamiento/Seguridad.....	504-842-3770
Atención pastoral.....	504-842-3286
Relaciones con los pacientes.....	504-842-3971
Patrick F. Taylor Hope Lodge.....	504-219-2200
Fisioterapia.....	504-842-4348
Terapia física/ocupacional.....	504-842-3750
Cirugía plástica.....	504-842-5003 504-703-9615
Servicios de prótesis.....	504-842-6406
Oncología Radioterápica.....	Nueva Orleans 504-842-3000 Baton Rouge 225-762-5200
Divulgación de Información / Historial Médico.....	504-842-2832
Recepción de cirugía / sala de espera para familias.....	504-842-3549

Mi calendario

Este calendario la ayudará a planificar su tratamiento. Mantenerse organizada con la gran cantidad de citas que tenga puede ayudarla a aliviar la ansiedad y la frustración. No dude en llamarnos en cualquier momento para repasar sus próximas citas. También es útil inscribirse en el portal para pacientes MyOchsner. Para obtener más información, visite my.ochsner.org.

Mes _____ Año _____

[illegible]

Mi calendario

NOTAS: _____

Mes _____ Año _____

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday

Mi calendario

NOTAS: _____

Mes _____ Año _____

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday

Mi calendario

NOTAS: _____

Mes _____ Año _____

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday

Lista de verificación del tratamiento mamario

Puede resultar difícil recordar todo lo que hay que hacer después de una cirugía de cáncer de mama. Use esta lista de verificación para que su familia, su equipo de atención médica y usted se mantengan informados de su progreso.

Tratamiento mamario		Fecha de finalización
Tipo de cirugía	☐ Lumpectomía ☐ Reconstruction ☐ Mastectomía ☐ Implante ☐ Tejido autólogo	
Cirugía/biopsia de ganglios linfáticos	☐ Ganglio linfático centinela ☐ Disección de los ganglios linfáticos axilares	
Terapia de radiación	☐ Una parte de la mama ☐ Mama completa	
Terapia sistémica	☐ Quimioterapia Tipo: _____ ☐ Terapia endocrina Tipo: _____	
☐ Reciba su informe de patología		
☐ Educación e instrucción sobre ejercicios de brazos*		
☐ Evaluación de fisioterapia / terapia ocupacional*		
☐ Conversación sobre antecedentes familiares y asesoramiento genético ☐ Si se han hecho pruebas genéticas: Nombre de la prueba _____ Resultados _____		
☐ Derivación a Oncología Integrativa*		
Atención médica de sobrevivientes		Fecha de finalización
☐ Prescripción de prótesis*		
☐ Examen clínico 2 semanas después de la cirugía		
☐ Examen clínico 6 meses después de la cirugía		
☐ Examen clínico 12 meses después de la cirugía		
☐ Consulta de supervivencia dentro de los 6 meses siguientes al último tratamiento (cirugía, radioterapia, quimioterapia)		
☐ Examen clínico cada 6 meses durante 3 años y, luego, una vez por año		
☐ Mamografía una vez por año		

* May not apply

Entienda su informe de patología

Cuando le hicieron la biopsia de mama, un médico especializado llamado “patólogo” hizo un estudio microscópico de las muestras tomadas.

El patólogo le envió a su médico un informe con el diagnóstico de cada muestra tomada. La información de este informe se usará para ayudar a gestionar su atención médica. Aquí se presentan algunas explicaciones de términos que podría encontrar en su informe.

- **Tamaño del tumor**

Las mayores dimensiones del tumor. Se indica en centímetros o milímetros..

- **Márgenes**

Se refiere al área de tejido que rodea a un tumor extirpado por completo y a cómo se relaciona con el tumor. Si el tejido que rodeaba el tumor no presenta indicios de cáncer, el informe indicará la información con términos como “libre” o “negativo”.

- **Tipos de cáncer *in situ***

Los conductos y lobulillos normales de la mama están recubiertos por una o dos capas de células que siguen un patrón ordenado o regular. Cuando se presenta el cáncer, las células crecen con mucha rapidez y, si no atraviesan las paredes y en su lugar se quedan en el conducto o lobulillo donde aparecieron, se considera que es un “cáncer *in situ*”. Si estas células se encuentran en los conductos lácteos, se denomina “carcinoma ductal *in situ*” (DCIS, por sus siglas en inglés). Si estas células se encuentran en los lobulillos, o glándulas productoras de leche, se denomina “cáncer lobulillar *in situ*” (LCIS, por sus siglas en inglés).

- **Tipos de cáncer invasivos o infiltrantes**

Esto significa que las células cancerosas atravesaron la pared del conducto o lobulillo de la mama y empezaron a crecer en el tejido de los alrededores. Si en su cirugía le quitaron ganglios linfáticos, el informe incluirá cuántos se extirparon, una descripción de la zona de la que proceden y cuántos dieron positivo en las pruebas de detección de células cancerosas.

- **Pruebas de receptores hormonales**

Esta prueba mide la presencia de receptores de estrógeno (ER) y progesterona (PR) en las células tumorales. Le indica al médico si el tumor puede tratarse con agentes antihormonales y es muy importante para determinar qué tipo de tratamiento se usará después de la cirugía. Si un tumor es positivo, ER+ o PR+, significa que fue estimulado por estrógenos o progesterona, y suele tener un pronóstico más favorable. Es posible que podamos usar algunos medicamentos denominados “terapia hormonal” para actuar sobre estos receptores y reducir la probabilidad de que el cáncer reaparezca. Si un tumor es negativo, puede aparecer en el informe como “ER” o “PR”. Los estados ER y PR de su tumor, así como el estado HER2, que se explica a continuación, suelen encontrarse en el informe de patología de su biopsia central para ayudarle a planificar su tratamiento/cirugía.

- **Expresión de HER2**

El receptor 2 del factor de crecimiento epidérmico humano (HER2, por sus siglas en inglés) es una proteína que aparece en la superficie de algunas células de cáncer de mama. La proteína HER2 es una parte importante de la vía de crecimiento y supervivencia de las células. Por lo general, esta expresión se clasifica en una escala del 1 al 3+, en la que “3+” significa que hay mucha proteína HER2 (HER2 positiva), “2+” significa que hay una cantidad moderada de proteína HER2 (HER2 “indeterminada”), y “0-1+” significa que hay poca cantidad o no hay proteína

HER2 (HER2 negativa). Si una expresión de HER2 se clasifica como “2+/indeterminada”, se puede hacer otra prueba denominada “prueba de hibridación in situ fluorescente” (FISH, por sus siglas en inglés) para analizar con más detenimiento si podemos considerarla positiva o no. Esta prueba analiza el número de genes HER2 en una célula cancerosa. Su médico le comunicará si esta prueba es necesaria y el resultado.

• **Pruebas genómicas**

En algunas ocasiones, su material patológico podría enviarse a un tercero por fuera de Ochsner para que se realicen pruebas que muestren el comportamiento de su tumor. Esto se conoce como pruebas genómicas. Las pruebas genómicas examinan las células para determinar cómo crece y prospera el tumor. Además puede decirnos cuán maligno es el tumor. La información nos puede ayudar a entender qué medicación será la más adecuada para matar a esas células tumorales y cuán intensivo debe ser su tratamiento. Hay muchos tipos de pruebas genómicas. El profesional de la salud le brindará más información sobre las pruebas genómicas que pueden ser importantes para su tratamiento.



Cuando hable con el cirujano sobre los resultados de patología, puede preguntarle lo siguiente y anotar las respuestas:

- ¿Cómo se llama el tipo de cáncer que tengo?
- ¿Mi tumor era *in situ* o infiltrante?
- ¿De qué tamaño era mi tumor?
- ¿Se detectó cáncer en algún otro lugar del tejido mamario?
- ¿Se quitaron ganglios linfáticos? ¿Alguno de los ganglios tenía cáncer?
- ¿Cuál fue el resultado de mis pruebas de receptores de estrógeno?
- ¿Cuál fue el resultado de mis pruebas de receptores de progesterona?
- ¿Cuál fue el resultado de la prueba de la proteína HER2?

Para obtener más información sobre su informe de patología, visite www.breastcancer.org/es.

Servicios de apoyo

Hay oportunidades para conocer a otros pacientes de cáncer y compartir historias con quienes recorren un camino similar. Estos servicios son gratuitos durante y después del tratamiento.

Grupo de apoyo para el cáncer de mama en Nueva Orleans

Hay reuniones virtuales o presenciales en The Gayle and Tom Benson Cancer Center una vez por mes. Para obtener más información sobre el tema de un grupo de apoyo específico, llame al 504-842-6518.

Clase de quimioterapia

La educación relacionada con la quimioterapia u otros tipos de terapias sistémicas se proporciona a los pacientes en una reunión con un asesor de enfermería o proveedor. La consulta puede ser individual, de manera virtual o presencial, o grupal, en formato de clase. Tratamos temas como los siguientes:

- Qué esperar, qué llevar y qué se proporciona durante la infusión.
- Información sobre los efectos secundarios más frecuentes que podría tener.
- Cómo reconocer los problemas durante el tratamiento.
- Prevención de infecciones y seguridad alimentaria.
- Otros recursos disponibles en Ochsner.

Hable con su oncólogo o asesor de enfermería para saber más sobre las opciones de quimioterapia en su zona.



Visite ochsner.org/chemotherapy-class para obtener más información y ver un video resumen sobre la administración de la quimioterapia en Ochsner.



Sistema de enfriamiento del cuero cabelludo DigniCap para la caída del cabello inducida por la quimioterapia

Un aspecto de la quimioterapia que suele causar angustia emocional a los pacientes es la pérdida del cabello durante el tratamiento. Aunque este efecto secundario no siempre se puede prevenir, han surgido nuevas tecnologías para apoyar a los pacientes durante estos tratamientos. El sistema DigniCap está aprobado por la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) para pacientes con cáncer de mama que atraviesan tratamientos de quimioterapia que podrían provocar la caída del cabello. Ochsner se complace en ofrecer el sistema DigniCap a los pacientes interesados. Llame al 504-842-3910 para pedir más información sobre este servicio.

“Yoga curativo para pacientes con cáncer” en South Shore

Este grupo se reúne una vez por semana en el campus de Jefferson Highway. Llame al 504-842-3910 para obtener más información.

“Yoga curativo para pacientes con cáncer” en North Shore

Este grupo se reúne los lunes, cada dos semanas, de 11:00 a.m. a 12:30 p.m. en la sala de entrenamiento del segundo piso de Covington Health Center. Traiga su propio tapete. Llame al 985-875-2828 para obtener más información.



Hope Lodge

El Patrick F. Taylor Hope Lodge es un centro de alojamiento prolongado para pacientes de cáncer y sus familiares. El objetivo principal de Hope Lodge es que los pacientes sientan que tienen un ambiente hogareño al que regresar cada día después del tratamiento. Llame al 504-219-2200 para obtener más información.

Knitted Knockers

Nuestro programa Knitted Knockers ofrece a las pacientes una opción de prótesis cómodas y más livianas. Gracias a nuestros tejedores voluntarios, podemos ofrecerlos a las pacientes sin costo. Se pueden lavar en la lavadora y se ajustan con facilidad a diferentes tamaños y formas. Llame al 504-842-6406 para obtener más información.

Programa de Medicina de Precisión de Ochsner

Nuestro Programa de Medicina de Precisión está a la vanguardia de la atención para el cáncer. Los especialistas en medicina de precisión analizan el diagnóstico de cada paciente para crear enfoques más personalizados de su tratamiento. Estos enfoques personalizados se basan en la composición exacta del tumor de cada persona. Nuestro equipo de Medicina de Precisión trabaja para garantizar que todos los pacientes tengan acceso a estas pruebas y procedimientos. Para obtener más información, visite ochsner.org/services/precision-medicine.

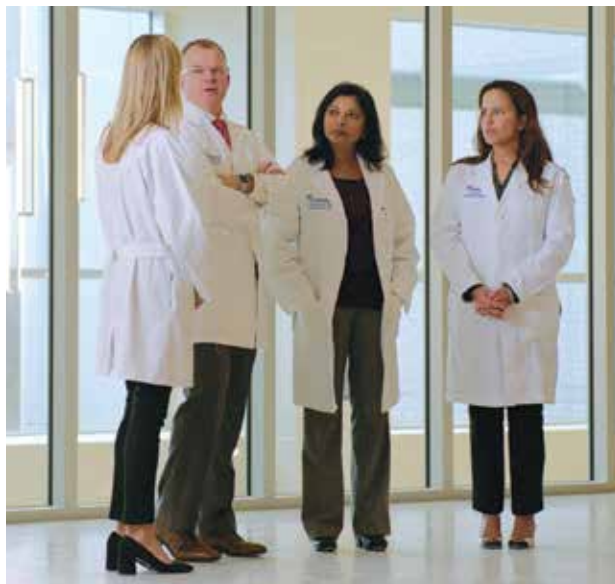
Nuestro enfoque integral de equipo

En Ochsner, un equipo de profesionales de oncología la ayudará a lo largo de su recorrido en la lucha contra el cáncer.

Cada miembro de su equipo de atención médica tiene una función específica y colaborará en una parte de su cuidado. Y, luego está usted, el paciente. Consideramos que usted y sus seres queridos son miembros vitales del equipo. Juntos trabajamos para garantizar que reciba la atención más completa posible.

Ser paciente de Ochsner significa estar conectada a una amplia red de otras especialidades y clínicas que van más allá de la oncología. Como parte de un gran sistema hospitalario, nuestro centro del cáncer tiene acceso a muchos recursos y especialidades relacionadas en su nombre.

En ochsner.org/services/cancer-care/related-specialties, podrá ver ejemplos de las distintas especialidades con las que podría encontrarse durante su recorrido.



Su equipo multidisciplinario central de oncología

A continuación, se indican algunos tipos de proveedores y personal de apoyo con los que podría encontrarse mientras recibe atención médica con nosotros. No todos los pacientes necesitarán todos estos proveedores. El número y el tipo de miembros del equipo dependerán de su plan de tratamiento. También puede consultar esta información y más detalles en ochsner.org/services/cancer-care/living-the-team-approach.

Proveedores de práctica avanzada

Entre los proveedores de práctica avanzada se incluyen tanto los enfermeros como los asistentes médicos. Ellos apoyan a su médico para brindarle atención médica. Son una gran fuente de información y asesoramiento médico durante el tratamiento.

Coordinador financiero

Un coordinador financiero trabaja con usted y su compañía de seguros para determinar los beneficios de su póliza y puede darle información sobre otras fuentes de financiación. Puede ayudarla a buscar asistencia financiera o hacer solicitudes de Medicaid y Medicare, según sea necesario. También son un gran recurso para cuestiones de facturación y para establecer planes de pago.



Nuestros coordinadores financieros están disponibles para reuniones en persona en la mayoría de nuestros centros del cáncer, y siempre están a su disposición por teléfono: 855-226-6523.

Oncólogo médico

Los oncólogos médicos son médicos que tratan el cáncer de manera sistémica, es decir, a través del torrente sanguíneo. Estos tratamientos intentan destruir el cáncer en su origen y prevenir que se siga propagando por el cuerpo.

Asesor de enfermería

Nuestros asesores de enfermería oncológica actúan como enlaces para ayudar a los pacientes y familiares a abrirse camino en el complejo sistema de salud. El asesor de enfermería establece un contacto temprano con los pacientes para identificar y eliminar las barreras que impiden un diagnóstico y un tratamiento oportunos.

Médicos que cursan una subespecialidad en Oncología

Los médicos que cursan una subespecialidad ("*fellows*", en inglés) son médicos que trabajan temporalmente en una institución para aprender más sobre una especialidad. Es posible que usted se encuentre con médicos que estudian oncología durante su tratamiento. Son médicos que trabajan para especializarse en un aspecto del tratamiento oncológico, como la oncología quirúrgica o la oncología médica. Ellos colaboran de cerca con los demás proveedores de Ochsner para contribuir a su atención médica de la forma más integral posible.

Farmacéutico oncológico

Los farmacéuticos oncológicos cumplen una función importante en la atención médica para personas con cáncer. Trabajan con su médico para garantizar una lista de medicamentos actualizada y precisa, seleccionar la terapia más adecuada, controlar los efectos de los medicamentos recetados y manejar los efectos adversos que suelen acompañar el tratamiento del cáncer. También pueden reunirse con usted para hablar de su tratamiento y responder a sus preguntas.

Trabajador social de oncología

Los trabajadores sociales certificados en oncología ofrecen una gama completa de servicios psicosociales a pacientes con cáncer y a sus familias. Ayudan a proporcionarles a usted y a sus acompañantes asesoramiento emocional y financiero, información y referidos a recursos comunitarios, y otros servicios para reducir el estrés que pueden tener los pacientes de cáncer y sus acompañantes después de recibir un diagnóstico de cáncer y debido al posible tratamiento posterior.

Oncólogo radioterapeuta

Los oncólogos radioterapeutas usan la radioterapia, o rayos dirigidos de energía alta, para tratar el cáncer. Reciben una formación rigurosa y pueden determinar la dosis correcta de radiación necesaria para obtener el máximo beneficio sobre el cáncer, a la vez que protegen los demás órganos sanos que lo rodean.

Cirujano oncólogo

Los cirujanos oncólogos tratan el cáncer quitando una parte o todo el cáncer del cuerpo. Son cirujanos especializados que entienden el cáncer y cómo se comporta/disemina, de modo que pueden determinar mejor qué procedimientos quirúrgicos podrían beneficiarla.

Coordinador de investigación clínica

Si su tratamiento consiste en un ensayo clínico o estudio de investigación, es posible que se le asigne un coordinador de investigación u otro miembro del personal del ensayo clínico para ayudarla en su progreso a lo largo del estudio. La ayudarán explicándole el ensayo, documentando su consentimiento e inscribiéndola en el estudio. Durante su participación en el ensayo, la controlarán de cerca para detectar efectos secundarios y complicaciones y la ayudarán a programar las pruebas o procedimientos que sean necesarios. También se comunicarán con frecuencia con su proveedor para hablar de su evolución.

Miembros de equipos individualizados para su diagnóstico y recorrido

Además de los principales proveedores multidisciplinarios de su equipo, contamos con proveedores y programas adicionales que la ayudarán a adaptar su plan de tratamiento a su situación específica. Nuestras clínicas y servicios compartidos son especialidades dentro de su equipo de oncología que la apoyan durante el tratamiento para proporcionarle alivio de los efectos secundarios, asistencia psicológica, orientación nutricional y muchos otros beneficios. Estos servicios pueden formar parte de su plan de tratamiento según sus circunstancias específicas y de la experiencia de atención oncológica que usted desee. **No todos los programas están disponibles en todos los centros, pero muchos ofrecen la opción de tener consultas virtuales desde la comodidad de su hogar.**

Revise el cuadro que figura a continuación y en las páginas siguientes. Si alguna de estas situaciones se aplica a su caso, hable con su médico o asesor para que la refieran a esa clínica. No hay límite en el número de referidos que puede solicitar. Están disponibles en cualquier momento de su recorrido en la lucha contra el cáncer. Para algunas personas, es mejor inscribirse al principio de su plan de tratamiento, en especial en los casos en que pueden ayudar a controlar sus efectos secundarios.

Genética del cáncer y riesgo alto: ¡hay consultas virtuales disponibles!	Marque las casillas que correspondan
Aunque la mayoría de los tipos de cáncer no están causados por una predisposición genética que heredamos de uno de nuestros padres y con la que nacemos, identificar la presencia de un problema genético de este tipo puede ser útil para las personas con cáncer y para sus familias.	☐ Tengo antecedentes familiares de cáncer en mis parientes más cercanos (de primer grado). ☐ Me preocupa que mis familiares corran el riesgo de tener cáncer debido a mi diagnóstico. ☐ Me preocupa el riesgo de tener otros tipos de cáncer.
Fisioterapia contra el cáncer	Marque las casillas que correspondan
La Sociedad Americana contra el Cáncer (American Cancer Society) y la Red Nacional Integral del Cáncer (National Comprehensive Cancer Network) confirman que el ejercicio después de la cirugía y durante la quimioterapia y los tratamientos de radiación proporciona beneficios críticos para los pacientes, ya que los ayuda a fortalecerse y mantenerse fuertes. Los fisioterapeutas de rehabilitación oncológica de Ochsner trabajarán con usted para que recupere la vida que desea tener a través de nuestro enfoque de equipo orientado a objetivos concretos. Díganos lo que le importa y la ayudaremos a conseguirlo.	☐ Tengo problemas de fatiga. ☐ No siento que tenga la fuerza para hacer actividades que solían ser fáciles para mí. ☐ Me preocupa cómo el tratamiento del cáncer afectará mi nivel de energía o fuerza en el futuro. ☐ Quiero seguir haciendo ejercicio durante el tratamiento. ☐ Tengo hinchazón en los brazos o las piernas.

Clínica de Cardiooncología	Marque las casillas que correspondan
La Clínica de Cardiooncología de Ochsner es una colaboración entre John Ochsner Heart and Vascular Institute y Ochsner Cancer Institute. Nuestro innovador programa, uno de los pocos que existen en Estados Unidos, se especializa en el tratamiento de los efectos secundarios cardiovasculares de los tratamientos oncológicos para maximizar los resultados cardiovasculares de los pacientes y sobrevivientes de cáncer.	☐ Mi médico me dijo que el tratamiento podría afectarme el corazón. ☐ Tengo una enfermedad del corazón y me preocupa el efecto del diagnóstico / tratamiento del cáncer.
Programa de Oncología Integrativa: ¡hay consultas virtuales disponibles!	Marque las casillas que correspondan
Tanto si se enfrenta a un nuevo diagnóstico de cáncer como si es una sobreviviente que lidia con efectos secundarios, el equipo de Oncología Integrativa de Ochsner puede ayudarla a mejorar su calidad de vida. Nuestros servicios, combinados con la terapia tradicional, tratan a todo el paciente, no solo el cáncer.	☐ Tengo dolor, estrés o ansiedad relacionados con mi diagnóstico y tratamiento. ☐ Tengo problemas para dormir. ☐ Me preocupan los efectos secundarios de mi tratamiento/diagnóstico. ☐ Me interesan las terapias alternativas como apoyo durante el tratamiento del cáncer. ☐ Tengo preguntas sobre fertilidad. ☐ Tengo preguntas sobre la salud sexual durante/después del tratamiento.
Acupuntura oncológica	Marque las casillas que correspondan
La acupuntura ayuda a aliviar una gran variedad de síntomas a la vez. En pacientes y sobrevivientes de cáncer, los estudios clínicos han demostrado que la acupuntura puede reducir el dolor, las náuseas, la fatiga tras la quimioterapia y las oleadas de calor relacionados con el cáncer, así como ayudar a mejorar la calidad general del sueño.	☐ Me preocupan los próximos efectos secundarios de mi tratamiento/diagnóstico. ☐ Tengo dolor. ☐ Tengo problemas para dormir. ☐ Me cuesta relajarme. ☐ Tengo náuseas con frecuencia. ☐ Tengo oleadas de calor. ☐ Tengo un cansancio constante. ☐ Me interesa probar métodos alternativos para tratar los efectos secundarios además de medicamentos.

Dietistas oncológicos: ¡hay consultas virtuales disponibles!	Marque las casillas que correspondan
La nutrición es una parte importante del tratamiento del cáncer. Elegir el tipo adecuado de alimentos para nutrir el cuerpo puede ayudarla a mantenerse más fuerte y sentirse mejor durante todo el tratamiento. El cáncer en sí, así como sus tratamientos, puede afectar al apetito. También puede modificar la capacidad del cuerpo para tolerar determinados alimentos y usar algunos nutrientes. Nuestros dietistas especializados (a veces denominados “nutricionistas”) pueden proporcionarle una terapia nutricional médica personalizada y ayudarla a tomar decisiones informadas sobre nutrición basadas en sus antecedentes médicos particulares. Nuestros dietistas están aquí para ayudarla antes, durante y después de su tratamiento contra el cáncer.	☐ Me preocupa cómo el diagnóstico y/o el tratamiento del cáncer pueden afectar mi salud nutricional. ☐ Me preocupa que los efectos secundarios a largo plazo afecten mi capacidad para comer. ☐ Me dijeron que necesitaré una sonda de gastrostomía endoscópica percutánea (PEG, por sus siglas en inglés) o alimentación por sonda durante el tratamiento, o ya tengo una. ☐ Me preocupa alcanzar y mantener un peso saludable durante mi tratamiento contra el cáncer. ☐ Me interesan las terapias nutricionales alternativas. ☐ Me interesa saber más sobre cómo la salud y la nutrición pueden ayudar a prevenir la recurrencia del cáncer.
Psicología oncológica: ¡hay consultas virtuales disponibles!	Marque las casillas que correspondan
Entendemos que el estrés derivado de un diagnóstico de cáncer no desaparece tras la cita inicial. Cada nuevo éxito o fracaso conlleva nuevas preocupaciones y preguntas tanto para los pacientes como para los acompañantes. En Ochsner se ofrecen servicios psicológicos para ayudar a los pacientes y a sus seres queridos a manejar este estrés. Nuestros psicólogos oncológicos no solo tienen formación en psicología, sino que también tienen mucho conocimiento sobre la biología del cáncer y los efectos secundarios del tratamiento. Están disponibles para reunirse con pacientes o acompañantes para ofrecer un enfoque más completo a la hora de hacer frente a la enfermedad.	☐ A mi familia o a mí nos cuesta aceptar el diagnóstico. ☐ Tengo cambios de humor. ☐ No duermo o no tengo ganas de despertarme por la mañana. ☐ Ya no siento alegría en nada. ☐ Siento que nadie entiende por lo que estoy pasando. ☐ A menudo me siento abrumada o preocupada.
Proveedor de cuidados paliativos: ¡hay consultas virtuales disponibles!	Marque las casillas que correspondan
Palliative care is the treatment of symptoms and stress related to disease or medication to improve quality of life. Your Palliative Care Provider will work with you to develop a treatment plan that targets specific issues or symptoms that you are having. It does not replace treatment for cancer, but rather supports it.	☐ Me preocupan los efectos secundarios de mi tratamiento. ☐ Tengo dolor. ☐ No siento que esté controlando adecuadamente los síntomas.

Programa de prehabilitación	Marque las casillas que correspondan
La prehabilitación es un programa multidisciplinario de fortalecimiento que ayuda a mejorar la fuerza del paciente antes de la cirugía y a reducir el tiempo de recuperación después de la operación. El programa incluye evaluaciones, educación, nutrición, ejercicios y manejo del estrés.	☐ Me preocupa la recuperación de la cirugía. ☐ Tengo preguntas sobre los efectos secundarios de la cirugía. ☐ Me han dicho que debo mejorar mi estado de salud antes de poder realizar la cirugía.
Servicios para dejar de fumar: ¡hay consultas virtuales disponibles!	Marque las casillas que correspondan
Nuestras clínicas para dejar de fumar ofrecen servicios a nuestros pacientes para ayudarlos a abandonar su hábito de fumar cigarrillos comunes o electrónicos y dejarlo para siempre. Ochsner se ha asociado con Smoking Cessation Trust para ofrecer asesoramiento gratuito a todo aquel que desee realizar un cambio saludable en su estilo de vida. Los medicamentos pueden estar cubiertos en su totalidad o a un costo reducido.	☐ Fumo actualmente. ☐ Dejé de fumar hace menos de un año. ☐ Pensé en dejar de fumar, pero no lo he logrado por mi cuenta.
Programa de terapia del habla	Marque las casillas que correspondan
La Sociedad Americana contra el Cáncer y la Red Nacional Integral del Cáncer confirman que la participación de un patólogo del habla y del lenguaje puede ayudar a mantener una comunicación clara, a disminuir la dificultad para pensar y a mantener o recuperar la función para poder tragar la comida y bebida. Los patólogos del habla y del lenguaje del equipo de rehabilitación oncológica de Ochsner trabajan con usted para alcanzar sus objetivos personales y ayudarla a seguir participando en las actividades que le gustan.	☐ Tengo dificultad para tragar. ☐ He notado un cambio en mi voz. ☐ Me preocupa cómo me comunicaré durante y después del tratamiento. ☐ Me cuesta recordar cosas cotidianas. ☐ Me cuesta completar tareas que solían ser fáciles para mí.
Cuidado espiritual	Marque las casillas que correspondan
El diagnóstico de una enfermedad crónica o que amenaza o altera la vida puede ofrecernos un momento para recuperar el sentido de lo que significa la vida y reconciliarnos con nosotros mismos, la familia, los amigos y con un poder superior o Dios. Los sentimientos y las emociones, como la alegría, el enojo, la tristeza, el miedo y la felicidad, son regalos de Dios que nos ayudan a estar en contacto con lo que pasa en nuestro interior y alrededores. Esos sentimientos no son buenos ni malos. No tenemos control sobre lo que sentimos, solo podemos elegir cómo responder a esos sentimientos. Un capellán, formado para ofrecer apoyo a personas de todas las religiones/creencias, está disponible en el hospital las 24 horas del día, todos los días, para ayudar a los pacientes y a sus familias a aprovechar sus recursos espirituales para hacer frente a la enfermedad.	☐ Tengo problemas con mi fe. ☐ Me siento perdida. ☐ Quiero hablar con alguien. ☐ Quiero rezar con alguien. ☐ Tengo que tomar una decisión difícil. ☐ Me gustaría recibir el sacramento de la Sagrada Comunión, la Reconciliación (confesión) o la Unción de los Enfermos.

Atención médica de seguimiento después del tratamiento

Luego del tratamiento, la atención médica de seguimiento es importante para mantener una buena salud, manejar cualquier efecto secundario a largo plazo que resulte del tratamiento e identificar cualquier signo de reaparición del cáncer.

Esta sección le explicará cuándo deberá realizarse pruebas luego del tratamiento quirúrgico para el cáncer de mama. El plan de seguimiento incluirá exámenes físicos regulares y otras pruebas médicas para controlar su recuperación durante los próximos meses y años. El plan puede variar un poco según su diagnóstico personal y los tratamientos que haya recibido.



Es importante seguir las instrucciones que le dio el equipo de cáncer de mama, incluso si son diferentes de las siguientes pautas.

Seguimiento de la cirugía

Tras la intervención, se reunirá con su cirujano después de dos semanas para una consulta postoperatoria. Se le realizará un examen físico, el cirujano revisará los resultados patológicos, y conversarán sobre los tratamientos adicionales, como quimioterapia, radiación o terapia hormonal/endocrina. Durante esa consulta, se explicarán y programarán futuras consultas, de ser necesarias. El cirujano podría pedirle que regrese para hacerse otro examen de mama seis meses después de la cirugía.

Atención oncológica de seguimiento

Por lo general, podría anticipar atenderse con un miembro de su equipo oncológico al menos cada seis meses durante los tres primeros años y, luego, una vez por año hasta el quinto año. Según los tratamientos que haya recibido para el cáncer, podría atenderla un miembro del personal de Tansey Breast Center o un miembro del personal de Benson Cancer Center. Seguirá haciéndose mamografías todos los años a menos que su cirujano u otro miembro del personal oncológico le indique lo contrario.

Se programará una consulta de supervivencia dentro de los seis meses siguientes a la finalización del tratamiento contra el cáncer (incluida la radioterapia y la quimioterapia, pero no la terapia hormonal). Esta consulta incluirá una revisión de su diagnóstico, tratamiento, examen físico y evaluación de sus necesidades emocionales o financieras. Luego de la consulta, recibirá un plan de atención médica para sobrevivientes que resume la experiencia de su tratamiento contra el cáncer y lo que puede esperar en los próximos años en la transición a sobreviviente de cáncer. Es un buen momento para plantear cualquier pregunta relacionada con lo que ha vivido en los últimos meses. Hay clínicas de supervivencia tanto en Benson Cancer Center como en Tansey Breast Center; el lugar que se le asigne dependerá de los tratamientos del cáncer de mama que haya recibido hasta el momento.

Muchos sobrevivientes se sienten preocupados o ansiosos por la posibilidad de que el cáncer reaparezca. Aunque no suele suceder, es importante que hable con su proveedor sobre la posible reaparición del cáncer. Informe a su equipo oncológico si nota alguno de los siguientes síntomas:

- Nuevo bulto en la mama, el pecho o la axila.
- Nuevo dolor en los huesos.
- Pérdida de peso inexplicable.
- Dolor abdominal.
- Falta de aire o tos con sangre.
- Dolores de cabeza persistentes.
- Erupción o enrojecimiento del pecho.
- Secreción del pezón.

Nutrición para pacientes con cáncer de mama

Durante el tratamiento y la recuperación del cáncer de mama, la nutrición y el ejercicio pueden cumplir una función vital para mantener su sensación de control sobre lo que parece ser un remolino confuso de pruebas diagnósticas y decisiones de tratamiento.

Los sobrevivientes de cáncer a menudo se sienten muy motivados a mejorar activamente su dieta y comenzar programas de ejercicio para mejorar su calidad de vida y disminuir sus posibilidades de recurrencia. Puede que se esté preguntando si una dieta baja en grasas, suplementos vitamínicos, terapias herbales o la pérdida de peso afectarán la capacidad de su cuerpo para luchar contra un futuro cáncer. Aunque existe mucha información sobre el efecto que tienen la dieta y el ejercicio en la incidencia del cáncer, se sabe menos sobre cómo la nutrición afecta verdaderamente la recurrencia del cáncer.

En general, se recomienda que todo sobreviviente de cáncer siga las pautas sobre dieta y prevención del cáncer de la Sociedad Americana contra el Cáncer.

1. Opte por consumir alimentos de origen vegetal en la mayoría de sus comidas.

- Coma cinco o más raciones de fruta y verduras al día.
- Coma otras comidas de origen vegetal, como panes, cereales, productos de grano, arroz, pasta o frijoles varias veces al día.

2. Limite el consumo de alimentos ricos en grasas, sobre todo de origen animal.

- Elija comidas bajas en grasa.
- Limite el consumo de grasas saturadas, como la carne roja o la piel de ave.
- Intente obtener la mayor parte de su ingesta de grasas de fuentes de grasas monoinsaturadas, como el aceite de oliva o de canola, el aceite de coco, los aguacates y frutos secos.

3. Manténgase físicamente activa y también consiga y mantenga un peso saludable.

- Haga actividad física moderada durante 30 minutos o más la mayoría de los días de la semana.
- Manténgase dentro de su rango de peso saludable.
- Póngase en contacto con su médico antes de iniciar cualquier programa de ejercicio nuevo.

4. Limite las bebidas alcohólicas, si es que bebe.

Para más información sobre la nutrición durante y después del tratamiento, programe una consulta con un nutricionista de Ochsner al 504-842 3910 para hablar de las preocupaciones específicas que pueda tener y obtener ayuda para elaborar un plan de cuidados individualizado. También puede visitar www.cancer.org/es para obtener orientación y consejos útiles.



Tratamientos complementarios y alternativos

Es posible que haya oído acerca de los tratamientos complementarios y alternativos contra el cáncer en los medios de comunicación. Es importante que distinga entre tratamientos complementarios y alternativos.

Tratamientos complementarios

La Sociedad Americana contra el Cáncer define los tratamientos complementarios como aquellos métodos de apoyo que se usan para complementar el tratamiento basado en pruebas. Algunos ejemplos incluyen la meditación para reducir el estrés, la acupuntura para el dolor y el jengibre para las náuseas. Estos tratamientos se usan para ayudar a controlar los síntomas y mejorar su bienestar, y no están pensados para curar la enfermedad.

Tratamientos alternativos

Los tratamientos alternativos se refieren a aquellos que se promueven para curar el cáncer. Estos tratamientos no están probados porque no han pasado por pruebas científicas o han sido ineficaces en las pruebas. Si estos métodos se usan solos, la enfermedad podría empeorar porque no se recibió un tratamiento útil o porque el propio tratamiento alternativo fue perjudicial. Se hacen muchas afirmaciones sobre los efectos beneficiosos de estas terapias, la mayoría de las cuales no están justificadas por la investigación médica. Por su seguridad, antes de iniciar cualquier terapia alternativa, convérselo con su médico.



Por su seguridad, es importante que comparta con sus médicos qué terapias usa aparte de los medicamentos y los tratamientos indicados. Sus médicos están dispuestos a tener estas conversaciones y le aconsejarán si lo que está considerando podría interferir con su plan de tratamiento.

Confiar únicamente en cualquiera de estas terapias y evitar la atención médica convencional podría tener graves consecuencias para la salud. La guía de métodos de la medicina complementaria y alternativa contra el cáncer de la Sociedad Americana contra el Cáncer es un buen recurso para conocer diversos métodos complementarios y alternativos.

Estos sitios web pueden ser útiles para buscar información sobre terapias complementarias contra el cáncer:

- American Academy of Medical Acupuncture medicalacupuncture.org
- Biofeedback Certification Institute of America bcia.org
- National Cancer Institute Office of Cancer Complementary and Alternative Medicine (OCCAM) cam.cancer.gov
- National Association for Holistic Aromatherapy (NAHA) naha.org
- National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH) nccih.nih.gov/health/espanol
- Cancer Supportive and Survivorship Care cancersupportivecare.com

Terapias complementarias habituales

A continuación, encontrará ejemplos de algunas terapias complementarias habituales que usan los sobrevivientes de cáncer:

Métodos para la mente, el cuerpo y el espíritu

- aromaterapia,
- biorretroalimentación,
- imaginería,
- meditación.
- grupos de apoyo,
- taichí,
- yoga,

Métodos de curación manual y contacto físico

- acupuntura,
- toque terapéutico,
- masajes.

A la hora de elegir a un terapeuta, es vital que la persona que la trate esté debidamente formada y cualificada. A continuación, se ofrecen sugerencias generales para ayudarle a encontrar a un profesional en su zona.

- 1. Comuníquese con la organización profesional correspondiente y solicite una lista de profesionales de su zona.** Por ejemplo, la Academia Americana de Acupuntura Médica (American Academy of Medical Acupuncture) mantiene un registro de los acupuntores afiliados de su zona que aceptan nuevos pacientes.
- 2. Pregunte a la organización qué nivel de cualificación y formación exigen** para que los profesionales puedan afiliarse.
- 3. Compruebe si la organización tiene un código de conducta y ética y un procedimiento disciplinario y de quejas.** Esto garantizará que no haya variaciones con respecto a las cualificaciones anteriores.
- 4. Pregunte a su profesional cuántos años de formación recibió** y cuánto tiempo lleva ejerciendo.
- 5. Averigüe si el terapeuta está autorizado o certificado por el estado** (no todos los terapeutas están obligados a tener una licencia estatal).

Servicios de oncología integrativa de Ochsner

La Clínica de Terapia Integrativa de Ochsner ofrece muchas de las terapias complementarias mencionadas, como masajes, acupuntura, yoga, atención plena y meditación.

Para obtener más información sobre la Clínica de Terapia Integrativa de Ochsner, llame al 504-842-3910 o hable con su oncólogo médico o asesor de enfermería.



Hablar con su familia sobre el cáncer de mama

Sus hijos

A veces, tener un padre con cáncer puede generar incertidumbre y ansiedad en los niños. Decidir si contarles a los hijos sobre el diagnóstico de cáncer de mama, cómo hacerlo y cuánta información dar puede ser difícil. Nuestro equipo de cáncer de mama de Ochsner reconoce que el cáncer de mama afecta a toda la familia. Estamos a su disposición para ayudarla a hablar de su diagnóstico con sus hijos y hemos reunido información básica sobre cómo responden los niños a una enfermedad de los padres según su edad y nivel de desarrollo.

También incluimos una breve lista de recursos en forma de libros y sitios web que podrían ser útiles. Infórmenos si descubre algún recurso adicional que considere beneficioso para que podamos actualizar nuestras listas para servir mejor a nuestros pacientes y sus familias.



Por supuesto, usted es la experta en lo que respecta a su hijo y sabe mejor que nadie cómo reaccionará y qué decirle. Si cree que necesita más ayuda de la que podemos ofrecerle, uno de nuestros trabajadores sociales está a su disposición para asesorarla o hacer los referidos que sean necesarios. Para comunicarse con un trabajador social de Ochsner Cancer Institute, llame al 504-842-3910.



Para ayudar a explicar su diagnóstico y tratamiento a un niño, visite “Community and Treatment Resources” (Recursos de Tratamiento y de la Comunidad) en ochsner.org/cancer-resources y vea una serie de videos hechos para niños.

No dependa solo de su propia percepción de cómo están afrontando sus hijos la noticia. Los estudios de investigación han demostrado que cuando sufren estrés, los padres pueden no reconocer cuándo sus hijos están pasando por un momento difícil.

Su cónyuge/pareja

Cada persona reacciona de forma diferente ante la noticia de que un ser querido tiene cáncer. Con frecuencia, las parejas de los pacientes con cáncer de mama intentan proporcionar apoyo emocional al paciente y a su familia a la vez que ellos mismos necesitan apoyo para adaptarse al diagnóstico y a los cambios que conllevará. Deben seguir cumpliendo sus funciones habituales en la familia a la vez que intentan administrar el hogar y proporcionar cuidados físicos y emocionales al ser querido con cáncer.

Hablar con otras parejas de sobrevivientes de cáncer de mama puede permitirle hablar de sus sentimientos en un entorno seguro con otras personas que están pasando por lo mismo. Algunas parejas afirman que compartir información de este modo las ayuda a sentirse menos solas.

Recursos sobre el cáncer de mama

Un componente vital de la recuperación del cáncer de mama para muchas mujeres y sus familias es aprender más sobre este y qué esperar tanto durante como después del tratamiento. También podría ser útil leer cómo otras mujeres afrontaron sus experiencias con el cáncer de mama y resolvieron sus problemas.

A continuación, se sugieren algunos recursos, la mayoría con información gratuita.

Seguros y asuntos legales

Administración del Seguro Social

- ssa.gov/es para crear una cuenta en el portal en línea.
- ssa.gov/es/disability para los beneficios por discapacidad del Seguro Social.

Ayuda financiera/ayuda de copago

Patient Advocate Foundation

- 800-532-5274
- patientadvocate.org

Patient Advocate Foundation Co-Pay Relief

- 866-512-3861
- copays.org

Bienestar

Reach To Recovery, Sociedad Americana contra el Cáncer

- Comuníquese con la Sociedad Americana contra el Cáncer local llamando al 504-469-0021 para programar una cita con un voluntario para una visita. Hay información disponible sobre ejercicios de recuperación, incluidos ejercicios de amplitud de movimiento para brazos quirúrgicos.

Apoyo

Red de Sobrevivientes de Cáncer (Cancer Survivors Network), Sociedad Americana contra el Cáncer

- csn.cancer.org

Coalición Nacional para la Supervivencia del Cáncer (National Coalition for Cancer Survivorship)

- 877-622-7937
- canceradvocacy.org

Living Beyond Breast Cancer

- lbbc.org
- Connects breast cancer patients with support and information

Look Good, Feel Better; Sociedad Americana contra el Cáncer

- Clase gratuita de instrucciones sobre la aplicación del maquillaje y el cuidado del cabello durante el tratamiento del cáncer. Abierta a todos los pacientes de cáncer en tratamiento. Llame a su centro local de la Sociedad Americana contra el Cáncer o al 1-800-395-LOOK (5665).

Proveedores de pelucas

- Wig World: 504-887-5353 | wigworldnola.com
- Jolee Le Belle Wig Shoppe: 504-454-3048 | facebook.com/JoleeLeBelle

Prótesis y productos contra el cáncer de mama

Ochsner Total Health Solutions

- 504-834-8114
- ochsner.org/locations/ochsner-total-health-solutions

Amoena

- amoena.com/us-en
- Venden prótesis mamarias y sostenes para mastectomía, entre otros productos, para pacientes con cáncer de mama.

Información general del cáncer

Sociedad Americana contra el Cáncer (ACS)

- 1-800-ACS-2345 or 1-800-227-2345
- cancer.org
- Ofrece información escrita gratuita sobre el cáncer de mama, información sobre grupos de apoyo y referidos al programa "Reach to Recovery".

Instituto Nacional del Cáncer (National Cancer Institute, NCI)

- 1-800-4-CANCER
- cancer.gov/espanol
- Ofrece información escrita gratuita sobre todos los aspectos del cáncer de mama.

Fundación Americana contra el Cáncer de Mama (American Breast Cancer Foundation)

- 1-877-539-2543
- abcf.org

Susan G. Komen

- 1-877-GO-KOMEN (1-877-465-6636)
- komen.org/espanol/
- helpline@komen.org
- Información sobre todas las áreas de tratamiento y apoyo del cáncer de mama.

Línea de información sobre el cáncer del Centro de Investigación del Cáncer de la AMC

- 800-525-3777
- Consejeros oncológicos profesionales ofrecen respuestas a preguntas sobre el cáncer, apoyo e información sobre publicaciones gratuitas. Equipado para personas sordas o con discapacidad auditiva.

Cancer Care, Inc.

- 1-800-813-HOPE (4673)
- cancercareinc.org

Otros sitios web útiles

- breastcare.org
- breastcancer.org/es
- youngsurvival.org/en-espanol
- tnbcfoundation.org
- canceradvocacy.org/resources/cancer-survival-toolbox-spanish

Cómo retribuir una vez que termina el tratamiento

Muchas mujeres se sienten muy satisfechas retribuyendo a su comunidad después del tratamiento de cáncer de mama.

Hay muchas formas de ayudar a otras personas que están recorriendo el mismo camino que usted siguió. A continuación, se ofrece una breve lista de oportunidades en la zona metropolitana de Nueva Orleans.

Participar en un grupo de apoyo al cáncer de mama

Los grupos de apoyo mensuales suelen celebrarse el segundo martes de cada mes de 6:00 p.m. a 7:30 p.m. en Tansey Breast Center. Es un servicio comunitario gratuito y no está limitado a los pacientes de Ochsner. Su familia será bienvenida. Varias veces al año, diversos oradores ofrecen información sobre el cáncer de mama y su recuperación. Para obtener más información, llame al 504-842-6518.

Unirse a Knitted Knockers

Este programa ofrece a las pacientes una opción de prótesis cómodas y más livianas. Si le interesa tejer prótesis, visite knittedknockers.org para encontrar un grupo cerca de usted.



Trabajo voluntario en Tansey Breast Center

Las sobrevivientes de cáncer de mama pueden trabajar como voluntarias en Tansey Breast Center de distintas maneras. Para obtener más información, comuníquese con un asesor de enfermería del centro llamando al 504-842-6518.

Trabajo voluntario en Reach to Recovery

Reach to Recovery es un programa de apoyo entre pares patrocinado por la Sociedad Americana contra el Cáncer. Para obtener más información, comuníquese con su oficina local de la Sociedad Americana contra el Cáncer o llame al 1-800-ACS-2345. El número de la oficina de la zona de Nueva Orleans es el 504-465-8405.

Trabajo voluntario en Hope Lodge

El Patrick F. Taylor Hope Lodge de River Road, en Nueva Orleans, es un centro de alojamiento prolongado para pacientes de cáncer y sus familiares. El objetivo principal de Hope Lodge es que los pacientes sientan que tienen un ambiente hogareño al que regresar cada día después del tratamiento. Hay muchas oportunidades para hacer trabajo voluntario en Hope Lodge. Llame al 504-219-2200 para solicitar información sobre el voluntariado.

Notas

[illegible]

Notas

[illegible]



1-866-OCHSNER | ochsner.org