



BE  THE MATCH®

12<sup>+</sup>  
MES

GUÍA PARA  
LA ATENCIÓN  
DESPUÉS DEL  
TRASPLANTE

El aniversario de 1 año del trasplante es un hito importante en su recuperación. Esta guía contiene una lista de pruebas y preguntas para ayudarle a prepararse para los exámenes de control anuales. Estas recomendaciones fueron realizadas por médicos especialistas en la atención después del trasplante.\*

## Por qué los exámenes de control anuales son importantes

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:

- El regreso de la enfermedad (recidiva)
- Problemas debido al tratamiento
- Diferencias 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 se basa 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 de control o pruebas diferentes según 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

### Úsela para:

- Acceder a nuestras directrices, 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, entre otros.



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

Disponible en línea en **BeTheMatch.org/careguide**

## Actúe: prepárese para el examen de control

- Programe cita para el examen de control de los 12 meses con su médico especialista en trasplantes o su hematólogo/oncólogo.
- Revise las pruebas listadas en las páginas de este folleto.
- Anote las preguntas o los problemas 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 directrices con sus médicos o su dentista:

- Repase 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.

# GUÍA PARA EL EXAMEN DE CONTROL **ANUAL**

A continuación encontrará información sobre los exámenes físicos y las pruebas que se recomienda hacer anualmente después del trasplante. Puede usar esta información para ayudarse 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 ejercicio y suplementos de vitamina D y calcio.

*Si es mujer, ha recibido un trasplante alogénico, tiene **EICH**, está usando **inmunosupresores** o corre un gran riesgo de perder masa ósea, 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.
- Aprenda a hacerse autoexámenes de detección de cáncer, incluidos el de piel y el testicular.
- Siga las recomendaciones para la población general en cuanto a las evaluaciones para la detección de cáncer.
- Si es mujer, pregunte al médico si necesita hacerse una **mamografía** u otros exámenes de detección de las mamas y con qué frecuencia.

## Salud emocional

- Hable con el médico sobre su bienestar general o calidad de vida.
- Hable sobre sus sentimientos.
- 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)*

- Análisis de sangre para controlar la **tiroides**.
- Análisis de sangre para determinar los niveles de hormonas sexuales.
- Análisis adicionales en las mujeres que no han tenido la menopausia.

*Pruebas adicionales para los niños:*

- Análisis de sangre para medir los niveles de hormonas sexuales.
- **Evaluación de la tasa de crecimiento.**
- Análisis de sangre para controlar el **funcionamiento de la tiroides** y **de la hormona del crecimiento** (que puede realizar un médico endocrinólogo).

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

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



## Ojos

- Esté atento a síntomas oculares como dolor o sequedad.
- Acuda a un especialista en ojos (**oftalmólogo**) para que le haga una evaluación de la vista y un examen de retina.

*Si tiene EICH, es posible que necesite:*

- Ver a un especialista en ojos con más frecuencia.

## Fertilidad

- Pida consejo al médico sobre anticonceptivos.
- Si quiere tener un hijo, pida ver a un especialista en fertilidad.

## Salud general

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

## Corazón y vasos sanguíneos

- Verifique si tiene factores de riesgo, como colesterol, presión arterial alta, obesidad o antecedentes de tabaquismo.
- Consulte sobre un estilo de vida “saludable para el corazón” (es decir, 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

- Pregunte si necesita vacunas para prevenir infecciones y enfermedades.

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

- Medicación para prevenir infecciones como **meningitis** y **neumonía**.
- Medicación para prevenir una infección denominada **neumocistosis** durante todo el tiempo que esté usando **inmunosupresores**.
- Análisis de sangre para detectar la infección por el **citomegalovirus (CMV)**.

## Riñones

- Medición de la presión arterial.
- Si tiene presión arterial alta, empiece el tratamiento y hágase controles periódicos.
- **Prueba de concentración de proteína en la orina** para ver qué tan bien le 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 le están funcionando los riñones.
- Si no le funcionan bien los riñones, tal vez necesite más pruebas (p. ej., ecografía o biopsia de riñón).
- Si tiene enfermedad renal crónica que está empeorando, no use 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 del funcionamiento hepático** 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.
- Si ha recibido transfusiones de glóbulos rojos, puede necesitar un análisis de ferritina en sangre, una resonancia magnética (MRI) de hígado o una biopsia de hígado para ver si tiene demasiado hierro.

## Pulmones

- Haga que el médico le ausculte (escuche) los pulmones al menos una vez al año.
- Dígale al médico si le falta el aire o si tiene una tos que no desaparece.
- Dígale al médico si consume tabaco o fuma. Pida ayuda para dejar de fumar.
- Si tiene o tuvo problemas para respirar, **pruebas del funcionamiento pulmonar** y estudios por imágenes (como radiografía de tórax y tomografía computarizada [TC]).

*Si tiene EICH, es posible que necesite:*

- Exámenes pulmonares y **pruebas del funcionamiento pulmonar** tempranas 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 consume tabaco o fuma. Pida ayuda para dejar de fumar.
- Acuda al dentista para un examen odontológico completo de control (de la cabeza, el cuello, la boca y los dientes).
- Pregunte si necesita usar 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.

*Prueba adicional para los niños:*

- Un dentista verá si los dientes del niño están saliendo bien.

## Músculos

- Hable sobre el ejercicio que hace en la actualidad.

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

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

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

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

*Prueba adicional para los niños:*

- Controle que el desarrollo cognitivo (capacidad de pensar y razonar) concuerde con la edad del niño.

## 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.
- Hágase realizar un examen ginecológico anual si es mujer.
- 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:** es una prueba para evaluar si una articulación (como el codo, la cadera o la muñeca) puede moverse correctamente y en todas las direcciones normales.

**Análisis de la hormona de crecimiento:** es una prueba para determinar si hay suficiente hormona de crecimiento en el cuerpo para un crecimiento normal.

**Análisis de sangre del funcionamiento hepático:** análisis para ver cómo 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:** es una comparación de la tasa de crecimiento de una persona con la tasa de 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).

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

**Mamografía:** es un examen para detectar el cáncer de mama.

**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:** es una 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 líquido filtrado por los riñones. Se usa para detectar la enfermedad renal crónica.

**Pruebas del funcionamiento pulmonar:** grupo de pruebas que miden cómo 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:** son 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).

## Nuestra misión es ayudar

El Centro de Apoyo al Paciente de Be The Match® ofrece información confiable y fácil de entender, desde el diagnóstico y durante 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](mailto:pacienteinfo@nmdp.org) o llamando al **1 (888) 999-6743**.

## Notas:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Recursos solo para usted

- **EN LÍNEA:** [BeTheMatch.org/patient-after](https://www.bethematch.org/patient-after)
- **BOLETÍN ELECTRÓNICO:** [BeTheMatch.org/patient-eneews](https://www.bethematch.org/patient-eneews)
- **FACEBOOK:** [facebook.com/BeTheMatchPatient](https://www.facebook.com/BeTheMatchPatient)

