

Examen de  
control de los

24+

MESES

Ayuda para prepararse  
para su cita

*iFelicitaciones* por estar próximo a cumplir otro aniversario de su trasplante! Esta guía lo ayudará a entender y prepararse para sus exámenes de control médico después del trasplante (la atención de seguimiento). Esta guía ofrece una lista de pruebas y evaluaciones para su cita de los 2 años y sus citas anuales posteriores. Es la tercera de una serie de 3 (también hay guías para los 6 meses y los 12 meses). Las recomendaciones que contienen las guías se basan en recomendaciones de médicos especialistas en la atención posterior al trasplante\*, y se las acerca Be The Match®.

## 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:

- La enfermedad ha regresado (recidiva)
- Nuevos cánceres
- Problemas debidos al tratamiento
- La calidad de vida

Cuando los problemas se detectan cuando recién empiezan, puede haber más opciones de tratamiento, y dichos tratamientos pueden ser más eficaces.

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

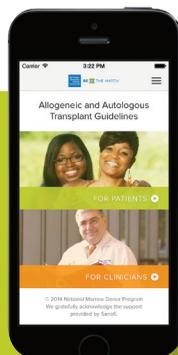
## Acerca de esta guía

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 pruebas 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 gratis para dispositivos móviles

Use nuestra aplicación gratis para dispositivos móviles para:

- Acceder a estas pautas en cualquier momento, en cualquier lugar
- Hacer una lista de pruebas y evaluaciones para su situación en particular
- Enviar información por correo electrónico, a usted mismo o a su equipo de atención médica



Disponible en iPhone®, iPad® y Android™  
En línea en [BeTheMatch.org/patient-survive](http://BeTheMatch.org/patient-survive)

# GUÍA PARA EL EXAMEN DE CONTROL ANUAL

A continuación, encontrará información sobre los exámenes físicos y las evaluaciones que se recomienda hacer todos los años después de un trasplante, a partir de los 2 años. Esta información le ayudará a entender qué esperar y a preparar las preguntas o dudas que tenga para consultar al médico sobre ellas. **En el glosario encontrará las definiciones de las palabras que aparecen en negrita.**

## Ojos

- Esté atento a síntomas oculares como dolor o sequedad
- Hágase revisar por un especialista en ojos (**oftalmólogo**) para determinar qué tan bien ve (evaluación de la vista) y para un examen de retina

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

- Ver a un especialista en ojos con más frecuencia

## Boca

- Examen de la boca y los dientes
- Examen para detectar cáncer bucal
- Comente síntomas como boca seca
- Dígale al médico si tiene hábitos nocivos (como usar tabaco o fumar). Pida ayuda para dejar de fumar
- Hágase un examen de control odontológico completo (de la cabeza, el cuello, la boca y los dientes)

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

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

*Prueba adicional para los niños:*

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

## Pulmones

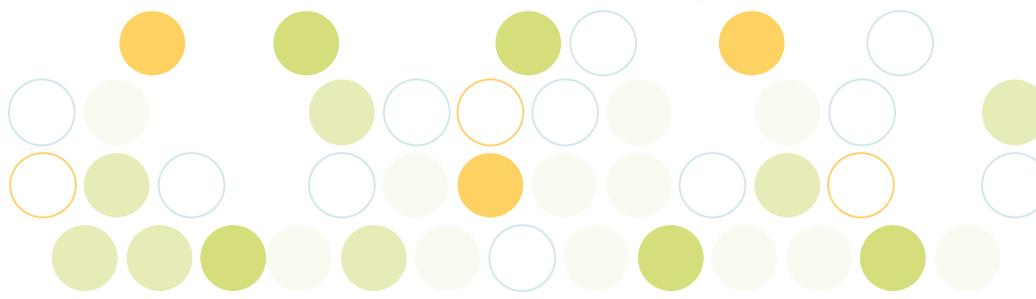
- Examen periódico de los pulmones
- Dígale al médico si usa tabaco o fuma. Pida ayuda para dejar de fumar
- Si tiene o tuvo problemas para respirar, **pruebas de la función pulmonar** y estudios por imágenes (como radiografía de tórax y tomografía computarizada [CT scan])

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

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

## Corazón y vasos sanguíneos

- Control de factores de riesgo de problemas del corazón y los vasos sanguíneos, como colesterol elevado, presión arterial alta, obesidad, antecedentes de tabaquismo
- Consulte sobre un estilo de vida “saludable para el corazón” (hacer ejercicio, mantener un peso saludable, comer alimentos sanos y no fumar)
- Reciba tratamiento para la diabetes, la presión arterial alta y el colesterol elevado
- Pregunte si necesita usar un antibiótico antes de someterse a un procedimiento dental. El antibiótico previene que ocurran infecciones bacterianas en las válvulas del corazón



## 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
- 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

## Riñones

- Prueba de la presión arterial
- Si tiene presión arterial alta (hipertensión), empiece el tratamiento y hágase un seguimiento periódico
- **Prueba de concentración de proteína en la orina** para ver si los riñones están funcionando bien
- **Prueba de la función de filtración renal** (análisis de nitrógeno ureico en sangre (blood urea nitrogen [BUN])/creatinina) para ver si los riñones están filtrando bien
- 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

## Músculos

- Consulte sobre los ejercicios y actividades de acondicionamiento físico que realiza actualmente

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

- Analizar 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 evaluar la propia **amplitud de movimiento**

## Huesos

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

*Si es mujer, receptora de un trasplante alogénico, tiene EICH, está utilizando inmunosupresores o corre un gran riesgo de perder masa ósea, es posible que necesite:*

- Medición de la densidad ósea (mediante **densitometría de doble fotón**)

## 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 un examen ginecológico anual si es mujer

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

- Preguntar al médico con qué frecuencia necesita exámenes ginecológicos

## Sistema nervioso

- Puede que necesite 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 el desarrollo cognitivo (capacidad de pensar y razonar) acorde a la edad del niño

## Fertilidad

- Pregunte al médico sobre opciones de anticoncepción
- Si usted y su pareja desean tener un hijo, pida ver a un especialista en fertilidad

## Sistema inmunitario

- 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**
- Medicación para prevenir una infección denominada **neumocistosis** durante todo el tiempo que esté utilizando inmunosupresores
- Análisis de sangre para detectar la infección por el **citomegalovirus (CMV)**

## Sistema endocrino *(tiroides, hormonas 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:*

- 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 la **función de la tiroides** y **de la hormona de crecimiento**

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

- Utilizar más dosis de corticoesteroides (como prednisona) si se siente muy mal
- Reducir gradualmente la dosis de corticoesteroides cuando sea el momento de dejar de utilizarlos

## 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

## Salud general

- Realícese evaluaciones periódicas para detectar presión arterial alta, colesterol elevado, diabetes, depresión, enfermedades de transmisión sexual, osteoporosis (en las mujeres) y cáncer

## Nuevos cánceres

- Hable con el médico sobre los riesgos de nuevos cánceres
- Aprenda a hacerse autoexámenes de cáncer
- 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 una **mamografía**

# GLOSARIO

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

**Citomegalovirus (CMV):** es un tipo de virus del herpes que puede causar infecciones (como neumonía, una infección de los pulmones).

**Densitometría de doble fotón:** es un examen para medir la densidad ósea. Muchas veces se la denomina DEXA o "DXA scan".

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

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

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

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

**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.

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

**Prueba de la función de filtración renal:** mide la velocidad del flujo de líquido filtrado por los riñones. Se usa para detectar enfermedad renal crónica.

**Pruebas de la función hepática en sangre:** analizan qué tan bien está funcionando el hígado.

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

**Meningitis:** es la 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.

**Oftalmólogo:** es un médico que trata enfermedades que afectan los ojos.

**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.

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

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

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

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

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

**Cambios escleróticos:** es el endurecimiento de la piel y otros tejidos como fascias, músculos y articulaciones.

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

**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.

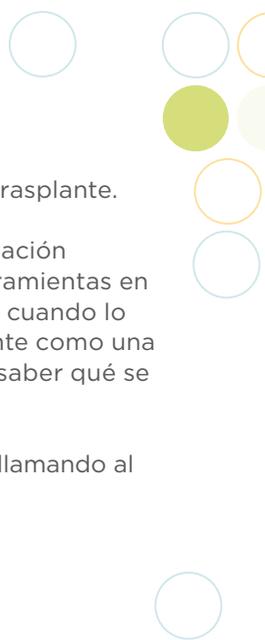
## Actúe: prepárese para su examen de control

- Pida la cita para su examen de control anual con su médico especialista en trasplantes o su hematólogo/oncólogo
- Repase las pruebas y evaluaciones listadas en las páginas de esta guía
- Anote las preguntas o problemas que desee consultar con el médico
- Lleve esta guía al examen de control
- Pregunte a los médicos si hay otras sugerencias para su situación en particular
- En el examen de control, pregunte al médico si tiene que pedir cita con otros médicos o terapeutas (oculista, dentista, fisioterapeuta, ginecólogo u otros)

## Comparta con su médico

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

- Repase esta guía con ellos en su próxima cita
- Muéstreles que en **BeTheMatchClinical.org/guidelines** se pueden obtener gratuitamente las pautas clínicas para imprimir, o bien mediante una aplicación para dispositivos móviles



# Estamos aquí para ayudar

Be The Match está dedicado a ayudar a los pacientes, sus cuidadores y familiares antes, durante y después del trasplante.

Le ofrecemos apoyo confidencial e individualizado, orientación financiera y recursos educativos gratis: DVD, folletos, herramientas en línea y más. Nuestro objetivo es brindarle lo que necesita, cuando lo necesita. Podemos ayudarlo a saber más sobre el trasplante como una opción de tratamiento, hacer planes para un trasplante y saber qué se puede esperar después de un trasplante.

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

## Notas:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Solo para usted: recursos para el receptor

- EN LÍNEA: [BeTheMatch.org/survive](http://BeTheMatch.org/survive)
- BOLETÍN ELECTRÓNICO: [BeTheMatch.org/patient-enews](http://BeTheMatch.org/patient-enews)
- FACEBOOK: [facebook.com/BeTheMatchPatient](https://facebook.com/BeTheMatchPatient)



Patient Services  
3001 Broadway St. N.E., Minneapolis, MN 55413  
1 (888) 999-6743 | [BeTheMatch.org/patient](http://BeTheMatch.org/patient)