

1 Cuidado mutuo EN LA ATENCIÓN

en salud



Existen investigaciones que muestran cómo el trato agresivo o irrespetuoso de los pacientes puede tener un **impacto negativo en la salud mental de los profesionales** de la salud, desencadenando una serie de signos y síntomas como el aumento del estrés, el agotamiento y la **disminución de la satisfacción laboral**, afectando de manera importante en la atención que reciben todos los pacientes.

Recuerda que cada miembro de nuestro equipo trabaja con **dedicación y compromiso** asegurando la atención y el cuidado que necesitas. Te invitamos a que siempre mantengas una comunicación respetuosa y un buen trato, fomentando un **entorno de cuidado** donde todos se sientan **valorados y respetados**

¡Contamos con tu apoyo!

2 Derecho y deber del mes

Tu derecho
Recibir un **trato digno** en el que se respete su intimidad, opinión, costumbres y creencias sobre su enfermedad

Tu deber
Respetar al personal responsable de la prestación y administración de los servicios de salud

Tu derecho

3 Programas de acompañamiento AL PACIENTE

En la Liga Colombiana Contra el Cáncer tenemos diferentes espacios de acompañamiento a pacientes, familiares y sobrevivientes, los **cuales son gratuitos y abiertos al público en general.**

¡Conócelos y participa!

Un espacio seguro para pacientes, cuidadoras y sobrevivientes en el cual se comparten **emociones y pensamientos entre pares**, recibiendo a su vez herramientas para transitar por el **malestar emocional** derivado de la enfermedad y tratamiento.

Nos reunimos el último viernes de cada mes en la tarde.



CUIDANDO cuidadores

Brindamos herramientas para **fortalecer el autocuidado** con la red de apoyo de los pacientes con cáncer.

Contamos con clases de yoga **todos los miércoles** en la mañana y taller de mándalas, los sábados.



TALLER DE Cocina Saludable

Fomentamos la **alimentación consciente** con la orientación de una nutricionista especializada en paciente oncológico.

Este espacio se realiza una vez al trimestre.

Se realiza entrega de dichos recursos para **fortalecer la autoestima de mujeres** que han perdido una o ambas mamas o que por efectos del tratamiento han perdido su cabello.

Asiste con fotocopia de la cédula y de la historia clínica.



Difundimos información sobre el cáncer de la mano de expertos derribando mitos para fomentar la **prevención y detección temprana.**

Síguenos en Instagram: @ligacancercolombia

Para mayor información, escríbenos: psicologia@ligacancercolombia.org

4 PREVENCIÓN, DETECCIÓN TEMPRANA Y CUIDADO de la piel

La prevención y detección temprana del cáncer, junto con el cuidado adecuado de la piel durante su tratamiento, **son de gran importancia.**

Aquí te brindamos algunos **consejos clave** para tu bienestar frente a estos aspectos:

- Mantén tu piel hidratada, usa protector solar con SPF +50 y evita productos irritantes.
- Procura bañarte **con agua tibia** y jabones suaves, y usa ropa de algodón suave y suelta para **evitar irritaciones.**
- Si estás recibiendo radioterapia, **sigue las recomendaciones de tu médico** para cuidar el área tratada.

Durante el tratamiento oncológico, la piel puede volverse muy sensible a la luz solar. ¡Protégete!

Informa a tu equipo médico **sobre cualquier síntoma nuevo** o cambios en tu piel, para que te puedan proporcionar productos específicos y optimizar tu cuidado. Recuerda que en la Liga Colombiana Contra el Cáncer puedes contactarnos **a través de WhatsApp +57 3003518354** o por correo electrónico a medicogeneral@ligacancercolombia.org

5 ¿Sabías qué SON LOS MEDICAMENTOS LASA?

Su nombre deriva de una sigla en Inglés **Look Alike Sound Alike** (Se ven parecido y suenan parecido), lo cual **genera el riesgo de confusiones** por parte del personal sanitario o de los pacientes.

Pueden ser aquellos que:

- Tienen similitud en el etiquetado
- Mismo logotipo
- Misma letra
- Mismo color
- Solo se diferencian en el nombre
- Contienen el mismo principio activo pero diferente concentración
- Pueden sonar parecido cuando se nombran (Fonética parecida, ortografía parecida)
- Cuentan con una similitud visual o fonética con otro medicamento

Algunas estrategias para **prevenir la CONFUSIÓN** son:

- Evitar la prescripción mediante abreviaturas o siglas
- Promover la prescripción con caligrafía legible o electrónica
- Evitar el almacenamiento de medicamentos LASA en el mismo lugar

Es muy importante que verifiques tus medicamentos **al momento de recibirlos en la dispensación** y si observas alguna novedad, **in fórmala a tiempo** con los profesionales competentes.