

> TESTIMONIO

“Me sentí considerada con mis anhelos, temores y ganas de vivir”

Durante su tratamiento para el cáncer, Patricia Castro tuvo la posibilidad de experimentar con las terapias expresivas de la Unidad de Medicina Integrativa, que forman parte del abordaje integral de los pacientes oncológicos.



Año 1989. Patricia Castro, una niña de 9 años, vive con sus padres y su hermana en La Serena, y lo que más la entretiene no es jugar con muñecas, sino que dibujar y pintar. Es alumna de cuarto básico en la Escuela Experimental de Música Jorge Peña Hen, donde estudiará violín hasta cuarto medio.

Año 2019. El violín está guardado. Patricia no es instrumentista, sino que abogada, y sigue viviendo en La Serena. En febrero consulta con un médico debido a diversas molestias que ha sentido por algunas semanas. No consigue un diagnóstico claro, pero sí recibe

la recomendación de buscar un especialista en Santiago.

“En ese momento recordé que tenía el Convenio Oncológico de FALP. Lo había suscrito a través de mi trabajo años antes, sin tener mucha conciencia de lo que significaba. No sabía que a futuro iba a ser mi gran salvación”, recuerda Patricia.

Entre febrero y agosto de ese año, su vida es marcada por el diagnóstico de un cáncer de ovario en etapa III, una cirugía invasiva que significaría un post operatorio de 21 días y luego un tratamiento de seis ciclos de quimioterapia.

Sin esperarlo, en los primeros días de ese proceso comienza a recibir unas visitas que transformarían su tránsito como paciente. Se trata de la musicoterapeuta Cecilia Carrere y la arteterapeuta Pamela Oyarzún, de la Unidad de Medicina Integrativa (UMI) de FALP, en cuya compañía Patricia experimenta con las terapias expresivas mientras se recupera de la operación, y también en las ocasiones en que se interna para recibir quimioterapia.

“Esas visitas me permitieron liberar emociones, sentir que ni siquiera estaba enferma. Era como

volver a ser niña, me reencontré con lápices de colores, témperas, pinceles, y con ellos plasmé lo más íntimo de mí. Y retomé el violín, que fue mi instrumento de infancia y había dejado en el olvido. Con él sentí vibrar mi corazón y un bienestar emocional inexplicable. Nunca imaginé que en este proceso dramático del cáncer, que se veía tan negro al principio, iba a empezar a ver la luz. Me sentí considerada no solo un paciente, sino como un ser humano con anhelos, con temores, con ganas de vivir”, dice.

A partir de esta experiencia, Patricia manda a reparar su violín y también se motiva a bordar y a pintar: “Mi papá me hizo un atril de madera muy bonito. Eché a volar la creatividad y empecé a transmitir mi sentir a través del arte, sin importar si queda bien o mal hecho, porque lo que cuenta es expresar mis emociones”.

Patricia ve hoy el arte como “una especie de medicina que me ayudó a salir adelante. No puedo estar más agradecida de la Fundación: de mis médicos, Dr. Sebastián Ramírez y Dr. Sergio Panay; de la labor de la UMI y de tanta gente linda. FALP me salvó la vida, pero lo más importante es que me dio la posibilidad de reencontrarme con cosas hermosas que me hacen feliz y, sobre todo, con mi ser interior”.



Me reencontré con cosas hermosas que me hacen feliz y, sobre todo, con mi ser interior.



El beneficio de las terapias expresivas en las personas con cáncer

Musicoterapia y arteterapia dan una vía de expresión a las emociones que forman parte del proceso de la enfermedad.

Musicoterapia y arteterapia son terapias expresivas que —en conjunto con el apoyo psicológico y terapias complementarias— forman parte del conjunto de herramientas con que la Unidad de Medicina Integrativa de FALP apoya a los pacientes en sus procesos de tratamiento. “Cuando una persona tiene cáncer, se enferma de manera completa. Por eso es necesario un abordaje integral del paciente oncológico, dándole importancia en su dimensión humana”, explica el Dr. Yuri Moscoso, jefe de la UMI.

¿En qué consisten las terapias expresivas? “Tienen relación con el uso de las artes con fines terapéuticos más que estéticos, por lo que no se necesitan habilidades ni conocimientos específicos, ya que no están enfocadas en el resultado final, sino que en el proceso”, afirma Pamela Oyarzún, arteterapeuta de FALP.

En los pacientes oncológicos, dice, constituyen un

importante apoyo porque una vez que comienzan sus tratamientos, entran rápidamente en una rutina de exámenes, consultas y otras tareas relacionadas con la enfermedad que ocupan gran parte de su tiempo. Es habitual, además, que intenten parecer fuertes frente a sus cercanos para no preocuparlos, viviendo esta experiencia de manera muy solitaria.

“Todo el proceso interno, exigencias físicas, el dolor, el cansancio y las preocupaciones económicas se postergan. Para la mayoría, se trata de una experiencia nueva y límite. Las terapias expresivas permiten un espacio para sacar fuera y poner en el mundo emociones de las que a veces no se puede hablar, sin necesidad de darles una lógica lineal ni nombres. Así ayudan a la elaboración de los procesos”, explica.

“Las terapias expresivas atienden el mundo interior del paciente, todo lo que ocurre a partir de su tratamiento físico, como son sus necesidades

emocionales, psicológicas y espirituales. Además, estas son personas que están sujetas a indicaciones médicas estrictas, por lo que encuentran aquí un espacio de libertad”, complementa Cecilia Carrere, musicoterapeuta de FALP.

El modo de trabajar con los pacientes va a depender de las necesidades de cada uno y de los objetivos que se quiera conseguir. “A veces, el utilizar las terapias expresivas con fines solo recreativos ya alivia una cotidianeidad que puede ser muy pesada, y en otras ocasiones se utilizan para apoyar procesos psicoterapéuticos muy profundos”, dice Pamela Oyarzún.

Las terapeutas de FALP comentan que, en definitiva, las terapias expresivas buscan la sanación de los pacientes -algo distinto a la curación de su enfermedad-, puesto que apuntan a la posibilidad de encontrar un propósito y experimentar paz y plenitud.

Terapias Expresivas de la Unidad de Medicina Integrativa FALP

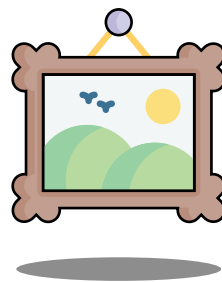


Arte en el hospital

Desarrollo de entornos hospitalarios humanizados:

Intervenciones artísticas en los espacios del Instituto Oncológico FALP que involucran a la comunidad (pacientes, familiares, funcionarios

y público general) para mejorar la experiencia en un sentido de salud integral.



Arte en el tratamiento

Terapia de arte:

Intervenciones de arteterapia y musicoterapia con pacientes oncológicos y sus familias.

Pacientes hospitalizados:

Individual.
Grupal / Atenciones con familiares.

Pacientes ambulatorios:

Individual.
Grupal (Talleres / Atenciones con familiares).



Arteterapia

El paciente es invitado a explorar con materiales artísticos para expresar sus emociones. Puede ser mediante el dibujo, la pintura o el bordado, por ejemplo.

Tercera mano: Cualquier persona puede hacer arteterapia, incluso cuando no está en condiciones físicas. En ese caso, el arteterapeuta puede ayudarlo en su creación, siguiendo sus indicaciones (qué colores utilizar y en qué lugar, por ejemplo).



Musicoterapia

Activa: El paciente experimenta con sonidos (instrumentos musicales, objetos, su voz) y va creando una obra que se graba. Luego, al escucharla, le permite empezar a elaborar temas interiores.

Receptiva: El paciente escucha una música elegida para resolver una necesidad, ya sea un síntoma específico (como insomnio, por ejemplo) o ligada a procesos internos profundos.

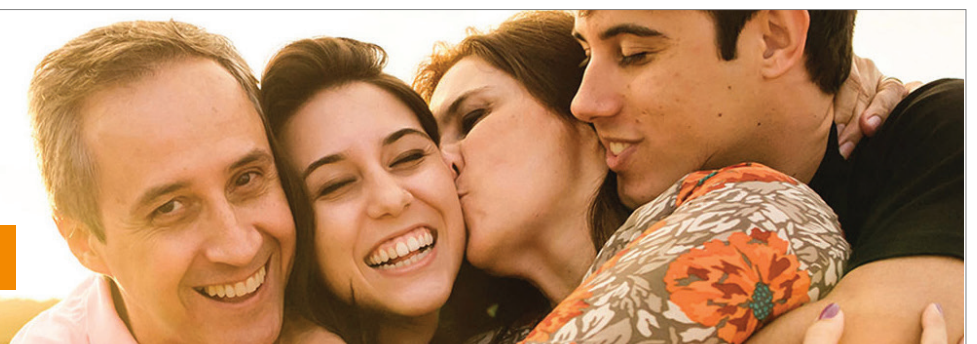


Las atenciones se han adaptado al formato online para darles continuidad durante la pandemia.

*Las terapias expresivas de FALP están disponibles de manera gratuita para sus pacientes y familiares. Contacto: Unidad de Medicina Integrativa (✉ maria.hermosilla@falp.org).

CONVENIO ONCOLÓGICO FONDO SOLIDARIO

Protéjase a través de su empresa info.convenio@falp.org



Los riesgos de sobreexponerse al sol en verano

La exposición intensa a la radiación UV en cortas temporadas es particularmente peligrosa.

Al comenzar el verano, es necesario recordar que la sobreexposición solar puede causar cáncer de piel. En esta estación, la radiación UV emitida por el sol es más intensa, por lo que hay que tomar resguardos al tenderse al sol, pero también durante la exposición rutinaria que puede ocurrir al caminar por la calle o al realizar ciertos trabajos al aire libre, por ejemplo.

El Dr. Álvaro Pantoja, jefe del Equipo de Dermato-oncología del Instituto Oncológico FALP, explica que el riesgo de exponerse al sol se puede graficar imaginando que cada persona tiene una piscina que se va llenando de radiación UV: "No sabemos de qué tamaño es la piscina de cada uno. Y en algún minuto empieza a rebalsarse, es decir, comienzan a producirse mutaciones celulares por acción del sol, que superan la capacidad fisiológica de reparación, generándose un fenómeno irreversible. Es jugar con fuego porque no podemos establecer

con anticipación cuánto sol puede tomar alguien sin caer en ese riesgo".

Lo que sí se ha determinado, dice, es que la costumbre de exponerse en pocos días a dosis intensas de radiación ultravioleta es particularmente peligrosa: "El patrón de exposición solar de tipo episódico, que tiene la gran mayoría de las personas que toman sol específicamente en el verano, de manera intensa, ha demostrado ser el que más genera riesgo de melanoma —el tipo más agresivo de cáncer de piel— en personas jóvenes".

Por esto, se deben tomar las medidas de resguardo necesarias. ¿Se requieren cuidados especiales considerando que este año la pandemia restringió la circulación de muchas personas, limitando su exposición a la radiación UV? El especialista comenta que las precauciones deben ser las recomendadas habitualmente, como evitar estar al sol entre 11:00 y 16:00 horas y el uso de protector solar de al menos FPS 30.

¿Cuál es la mejor forma de protegerse?



Evitar la exposición solar entre las 11 y las 16 horas.



Usar sombrero, lentes solares con protección UV y ropa protectora contra el sol, que cubra espalda, hombros, brazos y piernas.



Utilizar estructuras que den sombra (quitasoles, techos).



Usar filtro solar mayor a FPS 30, contra UVA y UVB, incluso en días nublados. Aplicar 20 minutos antes de exponerse al sol.

Autoexamen de piel

Frente a un espejo largo y con el apoyo de un espejo de mano, realice los siguientes pasos:



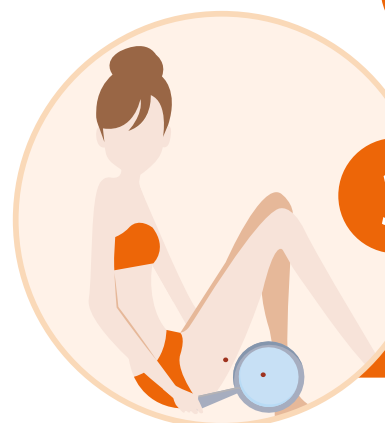
1

Fíjese en el rostro (incluyendo labios y ojos), cuello, pecho y abdomen. Levante los brazos y revise las zonas debajo de ellos; doble los codos y mire antebrazos, palmas y partes superiores de las manos. No olvide la piel entre los dedos y uñas.



2

Con ayuda del espejo de mano, revise la parte posterior del cuello, el cuero cabelludo, orejas, espalda, glúteos y el área genital.



3

Revise la parte delantera, interior y posterior de las piernas. Examine pies, incluyendo las plantas, la piel entre los dedos y la raíz de las uñas.

Factores de riesgo

- La sobreexposición al sol. Sus efectos se acumulan.
- Practicar deporte al aire libre sin Factor de Protección Solar (FPS).
- Ser sensible al sol, tener tez muy blanca, ojos claros, pelo rubio o tendencia a pecas y lunares.
- Tener antecedentes familiares de cáncer de piel.
- Haber sufrido quemaduras solares de manera reiterada.
- Presentar más de 50 lunares en la piel.

La regla del ABCDE

Observe sus lunares y consulte a su médico ante las siguientes señales:



Asimetría

Una mitad es distinta a la otra.



Borde

Bordes irregulares, borrosos y mal definidos.



Color

Irregular, con presencia de dos o más tonalidades: marrón o negro, o incluso rojo, blanco o azul.



Diámetro

Área superior a 6 milímetros o que se está extendiendo.



Evolución

Crecimiento o cambios rápidos en tamaño, forma y color.

GRACIAS A SU APOORTE, **CADA AÑO MÁS DE 30.000 CHILENAS** PUEDEN REALIZARSE UNA MAMOGRAFÍA GRATUITA

Hágase socio donaciones@falp.org



Tecnología en la preparación de quimioterapia: más calidad y seguridad para los pacientes

El robot Apoteca Chemo, único en Latinoamérica, garantiza los más altos estándares de elaboración posibles.

Uno de los pilares en el tratamiento del cáncer es la quimioterapia, que consiste en la administración de medicamentos que tienen la capacidad de reducir o eliminar las células malignas del organismo. Para cada paciente debe elaborarse una quimioterapia de forma particular, según la indicación de su oncólogo tratante.

“El paciente debe recibir exactamente lo que se le prescribió, preparado en condiciones ambientales adecuadas. En las drogas oncológicas, pequeñas variaciones en las dosis van a determinar que tengan un efecto terapéutico o tóxico. Una leve diferencia puede hacer que el paciente tolere la quimioterapia o no la pueda seguir usando, y que ésta tenga o no el efecto deseado”, explica Paola Salinas, Subgerente de Servicios Farmacéuticos de FALP.

Lo anterior, más la naturaleza propia de los medicamentos oncológicos —actúan tanto sobre células tumorales como sanas, lo que

puede revestir un riesgo para el operador que las manipula—, generó la necesidad de reglamentar las condiciones en que deben producirse las quimioterapias.

“Tienen que realizarse en ambientes asépticos y que impiden la filtración de sustancias peligrosas hacia el exterior. Hoy la práctica estándar es hacerlo mediante producción manual y utilizando cabinas de bioseguridad: cuando llega una prescripción médica de quimioterapia, el operador debe seleccionar los materiales, fraccionar el volumen que corresponde a la dosis del paciente, ponerlo en un contenedor, asegurarse de que el suero en que se diluye la droga sea el correcto y etiquetar”, explica.

Sin embargo, con el objetivo de aumentar los niveles de calidad y de seguridad —tanto para el paciente como para los operadores—, hace algunos años comenzaron a desarrollarse sistemas automatizados para la producción de preparados

oncológicos: “En general, los lugares cuentan con esta tecnología son centros especializados en oncología, en países como Italia, Alemania, España, Inglaterra y Estados Unidos. En Latinoamérica, FALP es la única institución que cuenta con un sistema automatizado para preparación de quimioterapia, llamado Apoteca Chemo”.

Apoteca Chemo es un robot que, gracias a un avanzado software, realiza todo ese proceso de preparación de quimioterapia de acuerdo a la indicación ordenada por el médico y validada por el químico farmacéutico, alcanzando niveles de exactitud en las dosis difíciles de conseguir con la elaboración manual.

“Con este sistema, nuestra capacidad productiva puede crecer de un 30% a 40% de forma sana, sin exponer más a los trabajadores. Y a nuestros pacientes les aseguramos que van a recibir un producto con el estándar de calidad más alto con que se puede realizar ese preparado”, finaliza.

Producción automatizada de quimioterapia con el robot Apoteca Chemo



1. Validación orden médica: el químico farmacéutico recibe, procesa y valida la indicación médica, y ordena al robot la preparación que debe realizar.

2. Ingreso de materiales: el sistema informa al operador qué materiales debe incorporar para hacer la preparación y comienza a trabajar utilizando su brazo robótico.

3. Visión artificial: el robot verifica que los materiales ingresados sean los correctos. Lo hace mediante comparación con una base fotográfica previamente cargada de información de los productos, como vial (frasco), fabricante y concentración.

4. Control gravimétrico: el robot verifica que la dosis sea la correcta chequeando la diferencia entre el peso inicial del producto y después de retirar la dosis indicada, asegurando un alto grado de exactitud.

5. Conclusión: el robot avisa que finalizó la preparación y emite etiqueta con datos del paciente y de la preparación. Operador etiqueta y escanea.

6. Empaque y traslado: el producto está en condiciones de ser administrado al paciente.

7. Eliminación automática de desechos: son depositados en un contenedor interno que el robot sella antes de ser retirado.



Convenio Oncológico



¿Cuáles son los pasos para activar la cobertura del Convenio Oncológico?

1.- Confirmar diagnóstico: Agenda una hora médica llamando al ☎ 800 24 8000 (si es desde celular, al 2 2712 8000) para que un especialista FALP confirme tu diagnóstico.

2.- Solicitar cobertura: Una vez confirmado el diagnóstico por un especialista FALP, dirígete a los Módulos de Convenio Oncológico en el Instituto Oncológico FALP con todos los exámenes que respaldan el diagnóstico. Si tienes dudas de este proceso contáctate a ✉ pacientes.convenio@falp.org para que te orienten.

3.- Confirmar activación: Convenio Oncológico enviará una carta certificada a tu domicilio con la resolución en un plazo máximo de 3 días hábiles.