



En Life with Cancer creemos que cualquier persona afectada por el cáncer debe tener acceso a las herramientas y recursos que necesita, por lo cual estamos orgullosos de ofrecer apoyo gratuito*, sin importar el lugar donde se reciba el tratamiento.



GRATUITO: todos los programas, que incluyen ejercicio, grupos de apoyo, reducción del estrés, control de síntomas, programas educativos y servicios tales como asesoría terapéutica, enfermeros guías y consultas nutricionales, se ofrecen sin costo*.

SON BIENVENIDAS TODAS LAS EDADES: abierto a todos los adultos (pacientes y cuidadores), adolescentes y niños afectados por el cáncer, sin importar el lugar donde se reciba el tratamiento.

FÁCIL ACCESO: no se necesitan remisiones (excepto para psiquiatría).

SEDES PRESENCIALES Y EN LÍNEA: los programas y servicios se ofrecen en nuestras sedes presenciales de Fairfax, Fairfax/Falls Church, Alexandria, Fair Oaks y Loudoun, así como en las sedes virtuales/en línea.

PERSONAL CALIFICADO Y COMPASIVO: el equipo está conformado por enfermeros guías en oncología, terapeutas clínicos, dietistas, instructores de acondicionamiento físico y terapeutas del arte certificados.

FINANCIACIÓN COMUNITARIA: los programas, clases y servicios de Life with Cancer (LWC) se ofrecen sin costo* gracias a la generosidad de nuestra comunidad en asociación con Inova. Done hoy mismo en lifewithcancer.org/donate.

Para citas de asesoría, enfermería o consulta nutricional, llame al 703.206.5433.



Visite events.lifewithcancer.org para inscribirse en grupos y clases.



lifewithcancer.org

**Los servicios con pago incluyen los masajes y la acupuntura (excluidos de los términos del programa) y psiquiatría.*

Life with Cancer ofrece los siguientes servicios de asistencia sin importar el lugar donde reciba el tratamiento.

Educación: nuestras clases, talleres y simposios abarcan una gran variedad de temas, entre ellos: nutrición, insomnio, manejo de las emociones, qué esperar durante la quimioterapia, apoyo para los hijos, terapia de conciencia plena, estrategias para reducir el estrés y actualizaciones sobre tratamientos e investigaciones.

Enfermeros guías: guías expertos del personal de enfermería oncológica están a su disposición para ofrecerle apoyo y orientación a lo largo de todo el proceso del cáncer. Pueden ayudarlo a coordinar los cuidados y a conocer mejor su enfermedad, el manejo de los efectos secundarios, qué esperar, los síntomas, las pruebas, procedimientos y los ensayos clínicos.

Acondicionamiento físico: ofrecemos más de 20 clases semanales en vivo, en línea y en forma presencial, basadas en la evidencia, impartidas por experimentados instructores/entrenadores certificados en acondicionamiento físico en casos de cáncer y terapeutas de yoga certificados, para apoyarlo desde el momento del diagnóstico y más allá.

Reducción del estrés: nuestro Programa integral de psicooncología (IPOP) está diseñado para desarrollar la resiliencia y las habilidades para sobrellevar las emociones desde una perspectiva cognitiva, contemplativa y de conciencia plena. La terapia del arte, la musicoterapia, el *reiki* y el toque de sanación (*Healing Touch*) también pueden reducir el estrés, facilitar la introspección, aumentar la conciencia sobre uno mismo y los demás, y ayudar a sobrellevar los síntomas.

Grupos de apoyo: reúnanse con otras personas que buscan introspección, entendimiento, conexión y soluciones a los retos de vivir con y más allá del cáncer. Nuestros grupos son organizados por profesionales experimentados para proporcionarle una experiencia productiva a cada miembro. Ofrecemos grupos específicos para cada enfermedad, grupos para cuidadores, adolescentes, adultos jóvenes y supervivientes.

Asesoría

- **Individual:** tómese su tiempo para explorar y expresar sus sentimientos y aprender nuevas formas para sobrellevarlos. Aprenda a manejar los retos y cambios asociados a un diagnóstico de cáncer y a comunicarse mejor sobre el cáncer con la familia, los hijos, los amigos, compañeros de trabajo y su equipo de atención médica.
- **Niños, adolescentes y padres:** los terapeutas de oncología pediátrica proporcionan a los niños y adolescentes afectados por el cáncer un entorno seguro para hablar sobre los retos del cáncer en la familia, expresar emociones y aprender habilidades para sobrellevarlo. Le ofrecemos consultas a los padres para asegurarnos de que los cuidadores se sientan cómodos hablando con sus hijos sobre la enfermedad y el tratamiento, así como apoyándolos durante el proceso.

Consulta nutricional: los dietistas licenciados (RD, por sus siglas en inglés) certificados en oncología proporcionan asesoría y recomendaciones sobre nutrición para atender las necesidades de los pacientes y los cuidadores antes, durante y después del tratamiento. Los RD de Life with Cancer pueden ayudar a aclarar los temas complejos relacionados con la nutrición y el cáncer para ayudar a aliviar la confusión y el estrés a través de información que se basa en la evidencia.

Duelo y aflicción: para algunos, el duelo forma parte de la experiencia del cáncer. Reúnanse con otras personas para comprender y procesar su duelo. Ofrecemos grupos para adultos, padres, niños y adolescentes.

Acupuntura y masaje oncológico: hay seis sesiones gratuitas de acupuntura disponibles para los pacientes en tratamiento activo con Inova con el fin de ayudar a aliviar algunos efectos secundarios asociados al tratamiento, como las náuseas, vómitos, fatiga, sofocos, sequedad de la boca, neuropatía e insomnio/trastornos del sueño. Se ofrecen tres masajes oncológicos terapéuticos a los pacientes en tratamiento activo con Inova; para el resto de los pacientes y cuidadores, se ofrecen masajes a precio reducido.

Psiquiatría: nuestro psiquiatra oncológico puede guiar a los pacientes en el manejo de los medicamentos y en prácticas contemplativas y de mente-cuerpo, especialmente en el cultivo de la atención plena y la compasión. Actualmente solo aceptamos pacientes en tratamiento activo con Inova. Hay un cargo por los servicios psiquiátricos.; aceptamos los principales planes de seguro médico y el programa de asistencia financiera Inova Charity Care.

Oficina principal - LWC Family Center | 8411 Pennell Street, Fairfax, VA 22031 | Tel.: 703.206.5433



lifewithcancer.org



[@lifewithcancer](https://twitter.com/lifewithcancer)