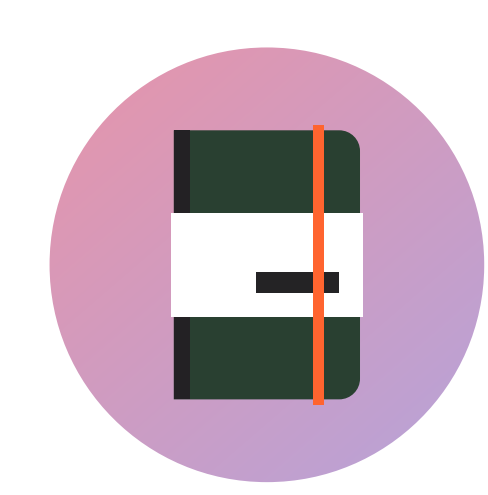


El papel de los cuidadores

Los cuidadores desempeñan un papel importante en el proceso que sigue el paciente durante el tratamiento con inhibidores de ALK, y no solo a través del apoyo emocional. También desempeñan un papel crucial en la detección de los efectos secundarios.

A continuación se indican algunos indicios que conviene observar y anotar:

- 
 - ✓ Cambios en la conversación, como la repetición de frases o la dificultad para encontrar las palabras adecuadas
 - ✓ Mayor confusión a la hora de realizar tareas cotidianas
- ✓ Nuevos cambios en el sueño o el apetito
 - ✓ Cambios en el estado de ánimo o el comportamiento
 - ✓ Caídas o situaciones en las que se ha estado a punto de caer

Al realizar estas observaciones, resulta útil anotar cualquier cambio que se observe en un diario e incluir ejemplos concretos. Por ejemplo, «ayer se olvidó de apagar la cocina» frente a «está más olvidadiza».

Cuándo buscar ayuda de inmediato

Llame al médico de inmediato si usted o el paciente notan alguno de los siguientes síntomas durante el tratamiento con inhibidores de ALK:

- 
 - ✓ Visión borrosa
 - ✓ Confusión
 - ✓ Estreñimiento que dura más de 3 días
 - ✓ Diarrea que dura más de 1 día Heces
 - ✓ Negras o con sangre Fiebre
 - ✓ Escalofríos
 - ✓ Fatiga intensa
 - ✓ Palpitaciones o latidos cardíacos acelerados
- ✓ Vómitos e incapacidad para retener líquidos
 - ✓ Dificultad para respirar
 - ✓ Erupción cutánea
 - ✓ Empeoramiento del estado de la piel
 - ✓ Debilidad progresiva
 - ✓ Entumecimiento
 - ✓ Hormigueo
 - ✓ Mareos
 - ✓ Depresión grave o ansiedad

Colaboración con el equipo asistencial

A continuación se ofrecen algunos consejos útiles a la hora de colaborar con el equipo sanitario para apoyar al paciente en su proceso:

- 
 - ✓ Informa al equipo sanitario de que eres el cuidador o el colaborador en el cuidado
 - ✓ Defienda los intereses del paciente, es decir, exprese cualquier preocupación u opinión cuando sea necesario para ayudarlo
 - ✓ Haga preguntas, ya sea en nombre del paciente o por su cuenta
- ✓ Lleve un registro de las citas o los planes de tratamiento
 - ✓ Tome notas
 - ✓ Conozca al equipo sanitario, incluyendo los contactos de emergencia

Consejos de autocuidado para el cuidador

Ser cuidador puede suponer un reto. Aunque su intención sea apoyar al paciente, también es fundamental que cuide de sí mismo. A continuación le ofrecemos algunos consejos útiles para afrontar este proceso de cuidados:

- 
 - ✓ Busca ayuda, ya sea acudiendo a terapia o uniéndote a un grupo de apoyo
 - ✓ Céntrate en el presente en lugar de en el futuro
- ✓ Intenta mantener una rutina lo más «normal» posible.
 - ✓ Busca formas de aliviar el estrés, por ejemplo, dar paseos, meditar, hacer ejercicio, escribir un diario, escuchar música, etc.