

EDICIÓN 2 | 2023

Choices

POR FAVOR, VISITE NUESTROS SITIOS WEB, WWW.BLOODLESSMED.ORG
Y WWW.YOURBLOODHEALTH.ORG.



El Instituto para el Manejo
Apropiado de Sangre y la
Medicina y Cirugía sin Sangre

MÁS SALUDABLE CON CIRUGÍA
BARIÁTRICA SIN EL USO DE SANGRE
PÁGINA 4

ENTENDIENDO
LA DIABETES
PÁGINA 6

DURMIENDO PROFUNDAMENTE DESPUÉS DE

Cirugía sin Sangre

PÁGINA 2



Cuidado Compasivo

DESDE EL PRIMER DÍA



Daniela, Frank, y Sarina Rizzi

TODOS SABÍAN QUE SARINA ESTABA EN EL PROGRAMA DE USO APROPIADO DE SANGRE Y ENTENDÍAN LOS PROTOCOLOS, ASÍ QUE NO HUBO NINGUNA SORPRESA. LA ESTRUCTURA DEL INSTITUTO PARA EL MANEJO APROPIADO DE SANGRE EN ENGLEWOOD HEALTH ES INCREÍBLE EN ESE ASPECTO”.

—Kevin Ende, MD, cirujano de oído, nariz y garganta con el Instituto para el Manejo Apropiado de Sangre en Englewood Health



Kevin Ende, MD

Como muchos niños pequeños, Sarina Rizzi, de tres años, siempre está en movimiento. Sarina vive en Long Island, New York, con sus papás, Frank y Daniela, y

disfruta nadar, saltar en el trampolín y tratar de seguirles el ritmo a su hermana mayor y primo.

Cuando Sarina tenía alrededor de dos años, sus padres notaron que ella tenía dificultades para respirar en las noches.

“Varias veces a la semana, a veces dos veces por noche, Sarina se despertaba con mucha tos y comenzaba a vomitar”, Daniela dice. “Me rompía el corazón verla jadear por falta de aire y las cosas se pusieron tan mal, que a ella le daba miedo tomar siestas o dormir en la noche”.

Diagnóstico y Decepción

Un estudio del sueño en octubre de 2022 reveló que Sarina tenía apnea del sueño aguda; una condición que causa que las personas dejen de respirar y comiencen a respirar repetidamente mientras duermen. Se determinó que la mejor opción de tratamiento para Sarina era remover quirúrgicamente sus amígdalas y adenoides.

En diciembre de 2022, la familia se reunió en su hospital local, donde prepararon a Sarina para cirugía. Cuando el anestesiólogo se opuso a la petición de la familia de tener una cirugía sin el uso de sangre, el cirujano canceló el procedimiento.

“Sarina no podía entender por qué ese día los doctores no la ayudaron”, Daniela

dice. “Contactamos al Comité de Enlace de Hospitales para los Testigos de Jehová y nos refirieron a Englewood Health”.

Tratamiento en el Instituto para el Manejo Apropiado de Sangre

El doctor Kevin Ende, MD, cirujano de oído, nariz y garganta con el Instituto para el Manejo Apropiado de Sangre, explicó la condición de Sarina, así como las ventajas y desventajas de una cirugía. La cirugía de Sarina se realizó el 12 de enero de 2023 y después de monitorear su respiración por una noche, ella regresó a su casa al siguiente día.

“Cuando un paciente entra en el programa de manejo apropiado de sangre, hay un diálogo entre todos los involucrados en su cuidado, desde el preoperatorio hasta toda su estadía en el hospital, para que todos estemos de acuerdo y podamos asegurarnos de que reciban cuidado con manejo apropiado de sangre”, el Dr. Ende dice. “Sarina vino a verme dos semanas después del procedimiento para que pudiera revisarla y asegurarme de que todo hubiera sanado correctamente, lo cual fue así, y me dio la buena noticia acerca de cómo se estaba recuperando. La apnea del sueño parecía haber desaparecido”.

Sarina ya no teme quedarse dormida y sus padres también duermen mejor.

“Todos en el Instituto para el Manejo Apropiado de Sangre se aseguraron de que mi hija estuviera bien atendida y al mismo tiempo honraron nuestros deseos”, Daniela dice. “Quiero que otros padres sepan que no necesitan conformarse; deben poder encontrar un doctor que trabaje con usted y respete sus deseos religiosos o personales, sin importar el caso”.

Visite www.bloodlessmed.org o llame al 888-766-2566 para ponerse en contacto con un profesional médico de uso apropiado de sangre.

Siguiendo su *Vocación*



Mientras crecía en las Islas Filipinas, la doctora Ria Lim, MD, estaba segura de una cosa: ella quería ser doctora algún día.

La endocrinóloga en Englewood Health, Dra. Lim estuvo inmersa en el mundo de la atención médica desde una edad temprana. Frecuentemente acompañaba a sus padres cuando organizaban programas de extensión médica en zonas rurales. Estos viajes la inspiraron a trabajar en una carrera de medicina.

“Estaba fascinada por el impacto que los médicos visitantes tenían en las vidas de las personas locales”, la Dra. Lim dice. “Aunque crecí con familiares trabajando en el sector de la salud, ellos no querían que fuera médica porque les preocupaba que no estuviera lista para las largas horas en la escuela de medicina y el entrenamiento. Afortunadamente, triunfó mi amor por la medicina”.

Atraída hacia la Endocrinología

Después de completar sus estudios médicos en la University of Santo Tomas en las Filipinas, la Dra. Lim se mudó a los Estados Unidos como interna de una residencia médica en la University of Connecticut School of Medicine. Ella completó una especialidad en endocrinología en la misma institución. Además, disfruta la diversidad de las condiciones endocrinológicas y las conexiones duraderas que forja con los pacientes mientras les ayuda a manejar estas enfermedades.

“La endocrinología es una especialidad multisistémica que involucra un rango de diferentes órganos y esto me obliga a ver al paciente en su totalidad” la Dra. Lim dice. “Como endocrinóloga, estoy expuesta a una variedad de condiciones. Algunas son comunes y tienen un impacto en la comunidad. Otras son raras con síntomas interesantes”.

Como parte del Instituto para el Manejo Apropriado de Sangre, la Dra. Lim se asegura de que se respeten los deseos de atención sin el uso de sangre de sus pacientes cuando están en su consultorio y trabaja con otros proveedores para asegurarse de que sus pacientes tengan una salud óptima para minimizar la pérdida de sangre durante los procedimientos.

Aboga por la Educación

La Dra. Lim trató a pacientes en Connecticut por varios años antes de unirse a Englewood Health en 2018. Ella diagnostica y trata una variedad de condiciones, incluyendo diabetes, enfermedades de la tiroides, enfermedades pituitarias y de las glándulas suprarrenales, así como enfermedades metabólicas óseas, como osteoporosis. También brinda servicios de manejo de peso y colabora con otros especialistas para optimizar la salud de los pacientes antes de una cirugía. Este trabajo de preparación ayuda a minimizar la pérdida de sangre durante los procedimientos.

“Una de las enfermedades más comunes que trato es la diabetes”, la Dra. Lim dice. “Recetar medicamentos no es suficiente para manejar la diabetes. Modificaciones en el estilo de vida son parte del plan de terapia. Siempre animo a los pacientes a entender su enfermedad para que podamos manejarla exitosamente”.

Visite www.bloodlessmed.org para saber más acerca del Instituto para el Manejo Apropriado de Sangre. Para una remisión con un médico de manejo apropiado de sangre, llame al 888-766-2566.

“LAS CONDICIONES ENDOCRINAS SUELEN SER CRÓNICAS. POR ELLO, ME SIENTO PRIVILEGIADA POR FORMAR UNA RELACIÓN PARA TODA LA VIDA CON LOS PACIENTES Y AYUDARLOS EN VARIAS ETAPAS DE LA VIDA”.

—Ria Lim, MD, endocrinóloga en Englewood Health

Una Nueva Vida en un *‘Cuerpo Nueva’*



Millie Rosado

Después de sobrevivir el cáncer de seno, Millie Rosado eligió someterse a cirugía bariátrica para completar su curación.

Cuando comenzó una pandemia mundial sólo unos meses después de que Millie Rosado empezara su trabajo como asistente administrativa en el Instituto para el Manejo Apropiado de Sangre en Englewood Health, ella tomó las cosas con calma.

“Soy una persona muy feliz y extrovertida y me encanta ayudar a las personas”, Millie dice. “Siempre trato de sacar lo mejor de las peores situaciones. Siempre trato de sonreír, sin importar lo que pase”.

Ese optimismo le fue útil en julio de 2020, cuando Millie fue diagnosticada con cáncer de seno. Aunque el cáncer estaba en una etapa temprana, Millie necesitó una doble mastectomía. Sin embargo, la cirugía de reconstrucción de seno no fue como lo esperaba.

“Todo lo que podía salir mal salió mal,” Millie dice. “Básicamente, mi cuerpo rechazó los implantes. Mi cirujano plástico me dijo que podía necesitar un procedimiento con colgajo DIEP”.

De Una Cirugía a Dos

Una cirugía de colgajo de DIEP utiliza vasos sanguíneos, grasa y piel del estómago para reconstruir el seno de una persona. El cirujano de Millie le recomendó que perdiera peso antes de la cirugía para que la recuperación fuera más fácil. Sin embargo, entre el estrés de la pandemia y sus tratamientos de cáncer de seno, Millie no pudo bajar de peso.

“Como mi seguro médico ya cubría la cirugía de colgajo con DIEP, mi médico recomendó que



James McGinty, MD

considerara una cirugía para perder peso”, Millie dice. “Él me dijo que la cirugía no sólo me volvería más sana, sino que disminuiría los riesgos de la cirugía de reconstrucción de seno y también me ayudaría a perder grasa en mi estómago”.

En 2022, Millie decidió investigar acerca de la cirugía bariátrica.

“En ese momento, Millie pesaba más de 100 libras por encima de su peso ideal y sufría de apnea

del sueño”, dice el doctor James McGinty, MD, Jefe de Cirugía y Servicios Quirúrgicos en Englewood Health. “Había estado batallando con exceso de peso durante años. A pesar de varios intentos para perder peso a través de tratamientos médicos, ella volvía a subir de peso”.

El Dr. McGinty recomendó una gastrectomía en manga para Millie y programó el procedimiento para junio de 2022.

“Desde que trabajo en el Instituto para el Manejo Apropiado de Sangre, he visto como muchos de nuestros pacientes han acudido al Dr. McGinty para una cirugía bariátrica sin complicaciones”, Millie dice. “Pero saber que era un doctor de manejo apropiado de sangre era muy importante, porque sabía que, si algo salía mal, él respetaría mis convicciones personales y religiosas respecto a las transfusiones sanguíneas”.

Pérdida de Peso Exitosa de Por Vida

Millie se recuperó rápidamente de la cirugía mínimamente invasiva.

“Sentí como si hubiera ido al gimnasio y hubiera hecho cien sentadillas, así que estaba un poco adolorida”, Millie dijo. “Pero, sólo me quedé una noche en el hospital y el personal fue excelente”.

En los primeros nueve meses después de la cirugía, Millie rápidamente perdió 65 libras.

“Lo ha hecho muy bien”, el Dr. McGinty dice. “Por lo general, la pérdida de peso continúa durante un año o un año y medio después de la cirugía. Mientras tanto, la glucosa en su sangre ha mejorado y ya no necesita la máquina de CPAP para la apnea del sueño en la noche”.

La salud general de Millie también ha mejorado. Puede caminar sin quedarse sin aire y tiene más energía para hacer las tareas del hogar y las actividades de recreación.

“Ha sido una de las mejores cosas que me han pasado”, Millie dice. “Puedo hacer tantas cosas que siempre quise hacer. Además, mi autoestima definitivamente ha mejorado. Puedo ponerme ropa que me queda y me encanta cómo se ve mi cara ahora”.

Millie planea tener su cirugía de reconstrucción de seno de colgajo con DIEP más adelante en 2023, con suerte, después de que pierda otras 25 libras. Sin embargo, ella dice que nadie necesita esperar por un diagnóstico de cáncer para considerar esta cirugía que cambia la vida.

“La cirugía de pérdida de peso es posiblemente una de las cirugías que nadie quiere tener”, Millie dice.

“Pero, es una de las cirugías que puede extender su vida y mejorar su salud. Tener esa cirugía en el Instituto para el Manejo Apropiado de Sangre es la respuesta a todas sus preocupaciones e inquietudes si usted es un paciente de manejo apropiado de sangre”.

Si usted o un ser querido está interesado en cirugía bariátrica, conozca los beneficios de elegir al Instituto para el Manejo Apropiado de Sangre en www.bloodlessmed.org.

¿ES CANDIDATO PARA LA CIRUGÍA BARIÁTRICA?

La cirugía para pérdida de peso no es adecuada para todos. Sin embargo, si está teniendo problemas para perder peso y para mantenerlo, usted tal vez quiera hablar con su proveedor de salud respecto a sus opciones.

“La cirugía bariátrica puede extender su esperanza de vida y es tan segura como una extirpación de vesícula”, dice James McGinty, MD, Jefe de Cirugía y Servicios Quirúrgicos en el Instituto para el Manejo Apropiado de Sangre en Englewood Health. Los buenos candidatos para la cirugía por lo general entran en una de tres categorías:

- Adultos con un índice de masa corporal (BMI por su siglas en inglés) de 40 o más alto
- Adultos con un BMI de 35 y uno o más problemas médicos relacionados con el peso, como diabetes o enfermedad cardíaca
- Adultos con un BMI de 30 y diabetes tipo 2 difícil de controlar



Una Buena Salud Empieza con *Buena Comida*

Comer sanamente puede ayudarle a prevenir la diabetes y otras enfermedades crónicas, así como a vivir más tiempo.



Mary O'Connor, MSN, RN

En los Estados Unidos, aproximadamente una de cada 10 personas tiene diabetes.

Una de cada tres tiene prediabetes.

“La prediabetes es una llamada de atención”, dice Mary O'Connor, MSN, RN, CDE, enfermera educativa en diabetes en Englewood Health y gerente del Programa para la Educación para la Diabetes. “Significa que su nivel de azúcar en la sangre es más alto de lo normal, pero no lo suficientemente alto como para ser diagnosticado con diabetes”.

La buena noticia es que, si usted tiene prediabetes, puede prevenir la diabetes al hacer cambios saludables en su estilo de vida, incluyendo la modificación de su dieta. Si usted ha sido diagnosticado con diabetes, comer bien puede ayudarle a manejar sus niveles de glucosa en la sangre.

Entendiendo la Diabetes

Cuando usted tiene diabetes, su cuerpo tiene un problema con la insulina, la hormona que ayuda al azúcar en la sangre a entrar a las células para que puedan funcionar adecuadamente. En la diabetes tipo 1, su cuerpo no produce nada de insulina.

Sin embargo, alrededor del 95 por ciento de la gente tiene diabetes tipo 2, lo que significa que el cuerpo todavía produce insulina, pero no lo hace de forma eficiente. La resistencia a la insulina significa que la insulina que produce su cuerpo no está funcionando tan bien como debería.

La Conexión entre la Comida y la Salud

Cuando los alimentos que comemos son altos en calorías y bajos

en valor nutricional, tenemos un riesgo más alto de subir de peso y desarrollar muchas condiciones crónicas, incluyendo:

- Diabetes tipo 2
- Obesidad
- Enfermedad del corazón
- Ciertos cánceres
- Derrame cerebral

“En lugar de pensar en ello como hacer dieta, debemos pensar en ello como comer sanamente”, O'Connor dice. “No hay una dieta para diabéticos, sólo se trata de elegir alimentos sanos y comer porciones razonables”.

Consejos para una Alimentación Saludable

Ya sea que usted tenga diabetes, prediabetes o que sólo quiera mejorar su dieta, es importante saber qué hay en los alimentos que está comiendo. Todos los alimentos son carbohidratos, proteínas, grasas o una combinación. Estos macronutrientes son esenciales para que el cuerpo funcione, pero algunos son mucho más saludables que otros. Siga estas pautas generales:

- Coma suficientes frutas y verduras
- Opte por alimentos altos en fibra, los cuales pueden reducir el riesgo de diabetes, enfermedad del corazón y algunos cánceres
- Busque ‘integral’ como el primer ingrediente cuando lea las etiquetas de nutrición en alimentos como panes y pastas
- Evite los alimentos procesados

“Si la etiqueta de un alimento dice refinado o enriquecido, todas las cosas buenas han sido eliminadas”, O'Connor dice. “Comer demasiado de estos alimentos puede producir aumento de peso y resistencia a la insulina”.

Para saber más acerca del Programa de Autocontrol de Diabetes de Englewood Health, visite www.engagewoodhealth.org/service/diabetes-self-management-education.

Una Solución Quirúrgica Después de Un Año **DE DOLOR**

Cuando Toni Jackson se enteró que necesitaría cirugía, ella supo a qué lugar acudir.



Toni Jackson



Omar Syed, MD, FAANS

En 2020, la residente de Newark, New Jersey, Toni Jackson estaba entrenando para convertirse en una mecánica de autobuses para el Departamento de Tránsito de New Jersey. Cuando tuvo que quitar y

reemplazar la llanta de un autobús durante el entrenamiento, algo pasó.

“Hubo un chasquido en mi espalda baja”, ella dice. “En ese tiempo tenía 60 años y chasqueaba y crujía de todos modos, así que no lo tomé en serio”.

Eso cambió cuando el dolor se agravó.

Pasaron semanas y meses y Tony desarrolló entumecimiento en sus piernas y hormigueo en sus pies. Caminar se volvió difícil; tuvo que salirse del programa de entrenamiento de mecánica.

Buscando una Solución

Inicialmente, el doctor de Toni sospechó un problema en la rodilla o la pierna, pero la terapia física no ayudó. Así que refirieron a Toni para que viera al doctor Omar Syed, MD, FAANS, neurocirujano certificado con el Instituto de Manejo Apropiado de Sangre en Englewood Health.

Especializado en cirugía de la columna y experto en cirugía con uso apropiado de sangre, el Dr. Syed ordenó pruebas de imágenes para Toni. Éstas mostraron una espalda muy dañada.

“Para cuando la Sra. Jackson vino a verme, había sufrido dolor por cerca de un año y estaba empeorando”, el Dr. Syed dice. “Encontramos una desalineación de los huesos en su espalda baja y una compresión de sus nervios espinales”.

Debido a que la terapia física fracasó, Toni necesitaba cirugía. Habiendo leído historias de éxito en la revista Choices, Toni estaba lista. La autorizaron para el procedimiento, sin necesidad de optimización de sangre.

Cirugía y Estabilidad

En julio de 2021, Toni se sometió a cirugía de la columna. El Dr. Syed descomprimió los nervios en su espalda baja al remover el hueso y realineó y estabilizó los huesos de Toni al insertar tornillos y varillas para mantener los huesos en su lugar. La estabilización adicional fue posible gracias a una pequeña jaula de titanio que también fue implantada en su columna vertebral.

Inmediatamente después de la cirugía, Toni pudo caminar distancias cortas de camino a su recuperación. Tres días después, fue dada de alta para irse a casa de su hermana. Después de tres días, Toni regresó a su casa.

Seis meses más tarde, Toni entró a trabajar en un puesto administrativo con el Departamento de Tránsito de New Jersey. Ya sea en el trabajo o sirviendo de tiempo completo en su congregación, ella no teme hablar acerca de su elección de hospital.

“Donde vivo, estoy rodeada de hospitales, pero cuando llegó el momento para una cirugía, no lo pensé dos veces”, ella dice. “En el Instituto para el Manejo Apropiado de Sangre ofrecen atención de calidad y respeto por mis deseos. Fue mi primera y única opción.”

HE LEÍDO ACERCA
DE MUCHAS
PERSONAS QUE SE
HAN SOMETIDO
A CIRUGÍA EN
EL INSTITUTO
PARA EL MANEJO
APROPIADO
DE SANGRE Y
OBTUVIERON UN
GRAN RESULTADO.
INCLUSO ANTES
DE SABER QUE
NECESITARÍA
CIRUGÍA, SABÍA
DÓNDE LA
TENDRÍA”.

—Toni Jackson



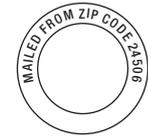
ENGLEWOOD HEALTH

Instituto para el Manejo Apropriado de Sangre y la Medicina y Cirugía sin Sangre

350 Engle Street Englewood, NJ 07631

Englewood Health cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad, ni sexo. Englewood Health no excluye a las personas ni las trata de manera diferente debido a su raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

ES Para asistencia lingüística gratuita, llamar al 201-894-3368.
KO 무료 통역 서비스를 원하시면 201-894-3368로 문의바랍니다.
ZH 如需免费语言协助服务, 请致电 201-894-3368.
HI नमिस्तुक्त भाषा सहायता सेवाओं के लिए 201-894-3368 पर कॉल करें।
VI Đối với các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí, vui lòng gọi đến số 201-894-3368.
HT Pou sèvis asistans ak lang gratis, rele 201-894-3368.
FR Pour bénéficier d'un service d'aide linguistique gratuit, appelez le 201-894-3368.
GU ॡॡॡ ॡॡॡॡॡ ॡॡॡॡॡ ॡॡ 201-894-3368 ॡॡ ॡॡॡ ॡॡॡ.
IT Per avere servizi gratuiti di assistenza linguistica, chiamare il numero 201-894-3368.
PL Usługi bezpłatnej pomocy językowej zadzwoń 201-894-3368.
PT Para serviços de assistência de idioma grátis, chame 201-894-3368.
RU Для получения бесплатных языковых услуг обращайтесь по телефону 201-894-3368.
TL Para sa mga libreng serbisyo ng tulong sa wika, tumawag sa 201-894-3368.



NONPROFIT ORG.
U.S. POSTAGE
PAID
PERMIT NO. 830



Esta publicación de ninguna manera pretende servir como un sustituto de la atención médica profesional. Consulte con su médico antes de iniciar cualquier tipo de tratamiento médico o adoptar cualquier programa de ejercicios o pautas dietéticas.



Respondiendo a la Necesidad de Manejo Apropriado de Sangre del Paciente

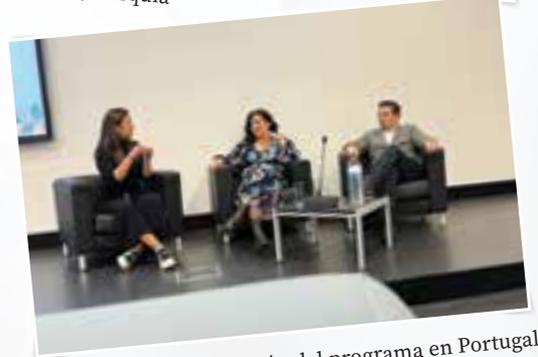
Por Sherri Ozawa, RN, Consultora del Instituto para el Manejo Apropriado de Sangre

En el 2022, la Organización Mundial de la Salud (OMS) publicó una directiva importante llamada “La Necesidad Urgente de Implementar el Manejo Apropriado de Sangre del Paciente”. Como respuesta, las naciones alrededor del mundo empezaron a desarrollar iniciativas para apoyar el mejoramiento de la salud de la sangre del propio paciente. Esto es un cambio positivo y dramático de los esfuerzos en el pasado, los cuales se enfocaban en evitar o “apropiarse de” una transfusión. Estas iniciativas nuevas de manejo apropiado de sangre del paciente se enfocan en lo que es importante; detectar y tratar la anemia, evitando el sangrado y la pérdida de sangre y conservando la propia sangre de una persona. Uno de los países que ha progresado mucho en la implementación del manejo apropiado de sangre del paciente es Portugal, el cual ha creado un programa de educación a nivel nacional acerca de enfoques efectivos de manejo apropiado de sangre del paciente para doctores y enfermeras. Otro gran ejemplo son los esfuerzos en

el sudeste de Asia, con Malasia como punto central de actividad. La Malaysian Society of Patient Blood Management creó contenido informativo para que los proveedores de salud y los pacientes entiendan cómo cuidar este recurso tan precioso, nuestra propia sangre. Tendré el privilegio de hablar en su junta nacional en julio. Uniendo a Asia y Europa, la nación de Turquía (a pesar de sus retos económicos y un devastador terremoto) realizó esfuerzos nacionales impresionantes en la educación e implementación del manejo apropiado de sangre del paciente. Otros países incluyendo España, Italia, China, Corea, Canadá, Reino Unido y Alemania ya han apoyado y ampliado las estructuras de manejo apropiado de sangre del paciente a nivel nacional. Todos estos esfuerzos globales expanden el conocimiento de las técnicas médicas y quirúrgicas de uso apropiado de sangre, impactando positivamente no sólo a pacientes para los cuales la sangre no es una opción, sino también a la población mundial entera.



Ankara, Turquía



Discusión del programa en Portugal