



ONCOLOGÍA AL DÍA

ASOCIACION DE ENFERMERIA ONCOLOGICA Y HEMATOLOGICA DE PUERTO RICO, INC.

MENSAJE DE LA JUNTA DIRECTIVA

Estimados Socios:

Nos dirigimos a ustedes para expresar nuestro agradecimiento por su compromiso y confianza depositado en nosotros durante el año 2024. Ha sido un año de retos y cambios, pero juntos hemos podido mantener nuestra Asociación de Enfermería Oncológica y Hematológica de P.R Inc. Ustedes han sido una muestra de colaboración y esfuerzo mutuo para los logros alcanzados en el campo de la oncología a favor de los pacientes, nuestra misión y razón de ser.

Reconociendo su dedicación en su labor en el cuidado de los pacientes y de frente a este nuevo año 2025 una de nuestras metas es retomar la emisión de nuestra revista y promover la publicación de artículos de interés escrito por nuestros asociados que estén relacionado a nuestra Profesión y el servicio a nuestros pacientes, cuidadores y colegas entre otros.

Pueden enviar información relevante relacionado a oncología para mantenernos informados de las nuevas tendencias y procesos en la práctica de enfermería.

Por ende, todo material educativo o informativo recibido será revisado y editado en conjunto con el socio que lo envíe. No obstante, les invitamos asumir este nuevo reto y exponer su conocimiento como enfermeros (as) con especialidad en Oncología.

Cordialmente
Junta Directiva de AEOHPRI.

JUNTA DIRECTIVA

**Lourdes Navarro, RN,
MBA/HCM, CON, BCCN
Presidenta**

**Anastasia Ramos, RN
BSN, CON, BCCN
Vicepresidenta**

**Wanda Adames, RN
BSN, CON, BCCN
Secretaria**

**Marisely Carrasquillo, RN
BSN, OCN, BCCN
Tesorera**

Vocales:

**Alyda Ginés-RN, BSN, CON, BCCN
Comité Nominaciones
Ana Collazo – RN, BSN, CON, BCCN
Comité Actividades
Militza Negrón- RN, BSN, CON
Comité Educativo
Mary .C Alvarado-RN, PHD, CON
Comité Membresía
Rosendo Santana – RN, BSN, CON
Comité Investigación**

Editora:

**María E. Lugo RN,
BSN, CON, BCCN, PN**

¿Sabías que...?

Una taza de café llega al cerebro en 30 minutos, pero su efecto en el sistema nervioso dura 8 horas.

Los hombres sin pelos en el pecho tienen más chance de ser cirróticos en comparación con los hombres con pelos en el pecho.

10 alimentos que combaten el cansancio

Para que una máquina funcione eficazmente, necesita la cantidad adecuada de combustible. Más aún, para que una persona sea lo más productiva posible, necesita los mejores alimentos para combatir el cansancio. Y contrariamente a la creencia popular, en realidad se puede combatir el cansancio excesivo sin necesidad de comprar suplementos diarios que prometen a la gente "alimentación completa" en sus anuncios. Todo lo que necesitas hacer es determinar si tu cansancio es crónico o moderado. Si es crónico, deberás visitar a un médico para determinar la causa.

Agua - La prevención de la fatiga tiene una regla de oro, nunca hay que olvidar beber al menos entre 6 y 8 vasos de agua al día. Si estás demasiado deshidratado, tu sangre no podrá transportar todos los nutrientes necesarios para el funcionamiento normal de tu cuerpo. La fatiga es un fenómeno provocado por múltiples factores y la deshidratación es uno de ellos.

Té Verde - Esta bebida nutritiva no sólo te proporciona la cantidad necesaria de líquido, sino que también te aporta la energía extra que necesitas para el día. Al igual que el café normal, el té verde también contiene cafeína, que estimula el sistema para que se levante y empiece a trabajar.

Yogur - Además de sus increíbles probióticos, el yogur es una fuente de proteína baja en grasas que le proporcionará una gran cantidad de energía. Contiene la misma cantidad de carbohidratos y proteínas por lo que te ayuda a evitar fluctuaciones de energía indeseables. Hoy en día existe una amplia variedad de yogures disponibles en el mercado, así que elija la marca adecuada que se adapte también a sus gustos y a sus necesidades de salud.

Granos Enteros - Nada supera la buena energía que aporta una rica avena en cada desayuno. No solo es una buena fuente de proteínas, también se pueden obtener cantidades perfectas de nutrientes como vitamina C, fósforo y magnesio con una porción de avena al día.

Espinaca - Los vegetales de hojas verdes como las espinacas son una gran fuente de hierro y vitamina C, dos nutrientes que se complementan para aportar la cantidad de energía necesaria que necesita una persona. El hierro es esencial para producir hemoglobina, lo que, a su vez, facilita la capacidad de los glóbulos rojos para transportar oxígeno.

Guineos - Los guineos son los estimulantes de energía de la naturaleza. Llenos de potasio, ayudan a mantener la función muscular adecuada y contrarrestan el sodio en el cuerpo, asegurando un equilibrio óptimo de líquidos. También aportan una buena dosis de vitamina B6, que ayuda en la síntesis de neurotransmisores. Esto puede ayudar a mejorar el estado de ánimo y reducir la sensación de cansancio.

Semillas y nueces - Las almendras, las nueces, las semillas de lino y las semillas de

chía son fuentes fantásticas de magnesio y ácidos grasos omega-3. El magnesio juega un papel fundamental en la producción de energía en nuestras células.

Los ácidos grasos omega-3, por otro lado, reducen la inflamación en el cuerpo, que puede ser una causa clave de fatiga. Incorporar una combinación de estos en su dieta diaria puede ayudar a mantener niveles sostenidos de energía.

Huevo - Los huevos son una excelente fuente de proteínas y aminoácidos, que son cruciales para obtener energía. La colina que se encuentra en las yemas de huevo también ayuda a la función cerebral, asegurando que permanezca alerta y alerta. Además, los huevos contienen una buena cantidad de vitamina B, que ayuda a convertir los alimentos en energía.

Habichuelas y lentejas - Tanto las habichuelas como las lentejas son ricos en hierro, que, como se mencionó

anteriormente, es esencial para el transporte óptimo de oxígeno en el torrente sanguíneo. También son una fuente fantástica de energía sostenida debido a su combinación de carbohidratos complejos y proteínas. Esta combinación asegura que la energía se libere lentamente en el torrente sanguíneo, evitando picos y caídas en los niveles de azúcar en sangre.

"Blueberries" - Los arándanos no sólo son ricos en antioxidantes, que ayudan a combatir el estrés oxidativo y la inflamación, sino que también proporcionan una dosis saludable de vitamina C y fibra.

Sus azúcares naturales proporcionan una fuente de energía inmediata, mientras que la fibra asegura una liberación constante de glucosa en el torrente sanguíneo.

Referencia: Nurse Bluf 2024

¿Cuántas figuras encuentras dentro de esta foto?



Nueve descubrimientos de Cáncer de Mama más importantes del 2024

- 1. Aprobación del medicamento de Inavolisib por el FDA para cáncer de mama avanzado** - La FDA aprobó inavolisib (Itovebi, anteriormente GDC-0077) más palbociclib (Ibrance) y fulvestrant para el tratamiento del cáncer de mama con receptor hormonal positivo (HR+), HER2 negativo (HER2-) y mutación PIK3CA. Inavolisib es un inhibidor de PI3K para el tratamiento del cáncer de mama avanzado HR+/HER2- con mutaciones PIK3CA y su designación está respaldada por datos del estudio de fase 3 INAVO120 (NCT04191499). Esta aprobación ofrece una nueva opción de terapia dirigida para pacientes con este perfil genético específico.
- 2. Aprobación del Ribociclib para cáncer de mama de alto riesgo en estadio temprano** - Ribociclib (Kisqali), un inhibidor de CDK4/6, recibió la aprobación de la FDA para su uso en combinación con un inhibidor de la aromatasas para el tratamiento adyuvante del cáncer de mama temprano HR+/HER2- con alto riesgo de recurrencia, incluidos pacientes con enfermedad con nódulos negativos. Los datos del ensayo NATALEE de fase 3 (NCT03701334) respaldan esta aprobación, ya que la combinación condujo a una mejora en la supervivencia libre de enfermedad invasiva en comparación con la terapia endocrina sola en esta población de pacientes.
- 3. Olaparib demuestra beneficios en la supervivencia en el cáncer de mama temprano** - Los datos del ensayo de fase 3 OlympiA (NCT02032823) mostraron que olaparib (Lynparza), un inhibidor de PARP, mejoró significativamente la supervivencia general en pacientes con cáncer de mama temprano con mutación BRCA y HER2 negativo. Este es el primer inhibidor de PARP que muestra tal beneficio en este entorno.
- 4. Investigación de la vacuna contra el cáncer TNBC** - Las investigaciones en curso sobre vacunas destinadas a prevenir el cáncer de mama triple negativo han mostrado resultados iniciales prometedores. Específicamente, la vacuna en investigación contra el cáncer de mama triple negativo (TNBC) mostró resultados alentadores, y más del 70% de los pacientes exhibieron respuestas inmunes definidas por protocolo. Estos hallazgos provienen de un ensayo de fase 1 (NCT04674306) presentado en la 39ª Reunión Anual de la Sociedad de Inmunoterapia del Cáncer (SITC).
- 5. Aprobación de la FDA de Teyplute para el cáncer de mama y de ovario** - La FDA aprobó Teyplute (SH-105), una nueva formulación de un tratamiento existente, para su

uso en pacientes con adenocarcinoma de mama y ovario. Esta aprobación proporciona una opción terapéutica adicional para estos cánceres.

6. **El pembrolizumab neoadyuvante/adyuvante mejora la supervivencia en el TNBC en etapa temprana** - Según los resultados del ensayo de fase 3 KEYNOTE-522 (NCT03036488) presentado en el Congreso ESMO de 2024, los pacientes con TNBC en etapa temprana tuvieron mejoras estadísticamente significativas en la supervivencia general con pembrolizumab neoadyuvante (Keytruda) más quimioterapia, seguido de pembrolizumab adyuvante, en comparación con quimioterapia neoadyuvante más placebo, seguida de placebo adyuvante.
7. **Vepdegestrant muestra actividad clínica en terapia combinada** - Los ensayos clínicos de fase inicial indicaron que el vepdegestrant (ARV-471), un nuevo degradador selectivo del receptor de estrógeno, en combinación con otros agentes, demostró actividad clínica en pacientes con cáncer de mama avanzado. En febrero de 2024, la FDA concedió al agente la designación de vía rápida como monoterapia para el tratamiento de pacientes adultos con cáncer de mama metastásico o localmente avanzado ER+/HER2- que recibieron tratamiento previo con terapia de base endocrina.
8. **¿Pueden los agonistas del GLP-1 afectar la atención del cáncer de mama?** Las tendencias recientes han colocado a los agonistas del receptor GLP-1, como la semaglutida (Ozempic, Wegovy) y la tirzepatida (Mounjaro, Zepbound), a la vanguardia de los debates sobre la pérdida de peso general. Durante la Reunión Anual de la Sociedad Estadounidense de Oncología Clínica de 2024, varias presentaciones destacaron el papel potencial de los agonistas de GLP-1 en el control del peso de pacientes con cáncer de mama.
9. **T-DXd muestra beneficios de supervivencia en cáncer de mama HR+/HER2-bajo por ciento** - población del ensayo de fase 3 DESTINY-Breast06 (NCT04494425), que consistió en pacientes con cáncer de mama metastásico HR+/HER2-bajo después de 1 o más líneas de terapia endocrina cuando se trataron con fam-trastuzumab deruxtecan-xki (Enhertu; T-DXd), se observó una mejora estadística y clínicamente significativa en la supervivencia libre de progresión en comparación con los tratados con quimioterapia estándar.
10. Estos avances resaltan el progreso continuo en oncología mamaria, con nuevas terapias y estrategias que mejoran los resultados para los pacientes en diversas etapas y subtipos de cáncer de mama.

SOPA DE LETRAS

M	I	C	O	P	L	A	S	M	A
V	N	O	C	D	E	N	G	U	E
F	I	E	B	R	E	C	X	S	T
T	R	O	P	D	E	M	B	I	N
S	A	N	G	R	A	D	O	C	B
T	F	O	V	G	N	A	L	A	C
O	X	I	G	E	N	O	O	B	X
I	X	C	A	N	C	E	R	O	S

Bolo, Cáncer, Cérvix, CON, Dengue, Fiebre , Medport, Micoplasma, , Música ,
Oxigeno, PDR, Sangrado, TNBC