**Consejos para cuidar a pacientes con enfermedades en la sangre ante la contingencia sanitaria**

Actualmente se vive una época difícil, en donde la solidaridad y apoyo son clave para sobrellevar la situación de los familiares, amigos y, sobre todo, de los grupos vulnerables como personas con diabetes, hipertensión, obesidad y los pacientes que sufren algún tipo de enfermedad en la sangre.

En México, al año se diagnostican más de 14 mil nuevos casos de cáncer en la sangre y el 40% requiere un trasplante de células madre para combatir su enfermedad..

De acuerdo con el Dr. Juan Antonio Flores Jiménez, director médico de Be The Match® México, el registro más grande del mundo de posibles donadores de células madre, los pacientes que necesitan o que recientemente han tenido un trasplante son más propensos a contraer una infección, debido a que su sistema inmunológico se encuentra más debilitado.

“En la etapa pre y post trasplante, tanto el paciente como su cuidador (familiar, pareja, amigo o personal médico);, requieren seguir medidas de higiene estrictas para prevenir cualquier infección o enfermedad, ya que el sistema inmunológico tarda hasta un año y medio en recuperarse. Por ello, ante la contingencia sanitaria que vivimos en necesario que se tengan mayores cuidados para evitar que el paciente se contagie de alguna enfermedad”, mencionó el médico hematólogo.

Por esa razón, el Dr. Flores Jiménez nos comparte las medidas que pacientes y cuidadores deben tomar:

* Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos. En caso de no contar con agua y jabón, usar gel antibacterial que contenga al menos 70% de alcohol.
* Al estornudar o toser, cubrir con un pañuelo desechable y luego tirarlo a la basura; o bien, cubrir la boca y nariz con el codo flexionado.
* Evitar acercarse al menos de un metro de cualquier persona.
* Evitar tocarse ojos, nariz y boca, ya que en caso de haber tenido contacto con el virus, podría permitir su ingreso al cuerpo.
* Evitar que el paciente consuma alimentos crudos.
* Cambiar las sábanas y toallas una vez por semana.

“Es importante que tanto los cuidadores como su familia y amigos ayuden al paciente a proteger su salud pre y post trasplante. El permanecer en casa y seguir estas indicaciones puede disminuir la probabilidad de contagio”, puntualizó el Dr. Flores Jiménez.

Ahora más que nunca se requiere de la solidaridad de los mexicanos para cuidar la salud del público más vulnerable, así Be The Match® México te invita a sumarte al movimiento #SalvoVidasDesdeCasa al tomar medidas preventivas en tu rutina diaria.

Asimismo, puedes informarte de cómo ayudar a pacientes a través del [sitio web](https://bethematch.org.mx/?utm_term=be%20the%20match%20m%C3%A9xico&utm_campaign=SEARCH+-+Diciembre+-+19&utm_source=adwords&utm_medium=ppc&hsa_acc=1461866313&hsa_cam=8547007873&hsa_grp=89399139271&hsa_ad=405859309132&hsa_src=g&hsa_tgt=kwd-444133771341&hsa_kw=be%20the%20match%20m%C3%A9xico&hsa_mt=e&hsa_net=adwords&hsa_ver=3&gclid=EAIaIQobChMI1uSi9IW06AIVS18NCh07uAg7EAAYASAAEgKH0vD_BwE), pre-registrarte como donador de células madre y apoyar haciendo un donativo económico [aquí](https://bethematch.org.mx/formato-donativo/). Para conocer más de las medidas que Be The Match® México está implementando, accede [aquí](https://bethematch.org.mx/coronavirus/).

**Acerca de Be The Match**®

Be The Match® es líder mundial en realizar trasplante de médula ósea. Además de administrar el registro de médula ósea más grande y diverso del mundo, Be The Match® realiza investigaciones para mejorar los resultados del trasplante y brinda apoyo y recursos para los pacientes. Existe una cura para las miles de personas diagnosticadas cada año con cáncer de sangre que pone en peligro su vida, como la leucemia y el linfoma, y esa cura está en la buena voluntad de los donadores.

Be The Match® es operado por el Programa Nacional de Donadores de Médula® (National Marrow Donor Program®: NMDP), una organización sin fines de lucro que une a pacientes con sus respectivos donadores, educa a profesionales de la salud y realiza investigaciones a través de su programa de investigación, CIBMTR® (Centro Internacional de Investigación de Trasplantes de Sangre y Médula), que ayuda a salvar más vidas.

Be The Match® México, una subsidiaria de Be The Match®, tiene el objetivo ayudar a los pacientes a obtener el trasplante de médula que necesitan. Be The Match® México opera un Centro de Donadores en la Ciudad de México, y también tiene presencia en Guadalajara, Puebla, Chihuahua, Monterrey, Mérida y León, con planes de expandirse a otras ciudades.