



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Guía para Adolescentes y Adultos Jóvenes (AYA): Cómo revelar su identidad al equipo de atención

En esta información se incluyen consejos para ayudar a pacientes lesbianas, gays, bisexuales, transgénero, queer e intersexuales (LGBTQI+) a salir del clóset y compartir su identidad con su equipo de atención. También se incluyen recursos de apoyo ofrecidos en MSK.

¿Qué significa “salir del clóset”?

La expresión salir del clóset describe el proceso de compartir su identidad LGBTQI+ con otras personas. Salir del clóset o revelar su identidad al equipo de atención significa hablar con ellos sobre su orientación sexual y su identidad de género.

Orientación sexual

La orientación sexual es la atracción emocional, romántica, física o sexual que podría sentir hacia otra persona. Las identidades de orientación sexual incluyen homosexual, heterosexual, bisexual, pansexual y asexual.

Identidad de género

La identidad de género es cómo se percibe a sí mismo y cómo se identifica. La identidad de género puede ser hombre/masculino, mujer/femenino, una combinación de ambos o ninguno. Puede coincidir o no con el sexo que se le asignó al nacer. La identidad de género es algo que usted siente dentro de sí mismo. No puede ser percibida por otras personas.

La identidad de género no es lo mismo que la expresión de género. La expresión de género es cómo elige mostrar su identidad de género hacia el exterior. Es cómo se presenta al mundo. Las formas de expresión de género incluyen cómo se ve, se viste y actúa.

No binario

No binario es una identidad de género para personas que no se identifican únicamente como hombre o mujer. Alguien que es no binario puede sentirse como una combinación de hombre y mujer. O pueden sentir que no tienen ningún género.

Transgénero (trans)

Trans es una identidad de género para personas que no se identifican con el sexo que se les asignó al nacer. Una persona trans puede tener el cuerpo de un género, pero sentirse como otro género internamente. Muchas personas trans sienten que nacieron en un cuerpo que no les corresponde.

Una mujer trans es alguien a quien se le asignó el sexo masculino al nacer, pero que ahora se identifica como mujer. Un hombre trans es alguien a quien se le asignó el sexo femenino al nacer, pero que ahora se identifica como hombre.

Algunas personas trans pueden no identificarse como hombre ni como mujer. Otras personas pueden identificarse como una combinación de hombre y mujer.

¿Es necesario que revele mi identidad al equipo de atención médica?

Es normal sentir estrés, preocupación, miedo, mucha tristeza o falta de esperanza después de enterarse de que tiene cáncer. Para los pacientes LGBTQI+, también es normal preguntarse si deben revelar su identidad al equipo de atención.

Puede ser difícil hablar con ellos sobre su orientación sexual y su identidad

de género. Es posible que sienta angustia porque está haciendo frente al cáncer. También puede ser incómodo hablar sobre el tema. Es posible que no sepa cómo comenzar o que le preocupe cómo puedan reaccionar.

Entendemos que puede tener miedo o preocupación por hablar abiertamente con su equipo de atención. No tiene que hablar con ellos abiertamente sobre su identidad si no lo desea. Pero si es una parte importante de quién es usted, puede ser útil que lo sepan. Salir del clóset y hablar abiertamente podría facilitar las cosas o reducir el estrés para usted. También ayuda a su equipo de atención a brindarle la mejor atención posible.

Tomar la decisión de revelar su identidad a su equipo de atención puede ser difícil. Pero es una decisión personal que solo usted puede tomar. Sin importar lo que elija, su equipo de atención está aquí para apoyarle.

¿Es seguro revelar mi identidad a mi equipo de atención?

Revelar su identidad al equipo de atención puede parecer aterrador e inseguro. Es posible que haya tenido malas experiencias en el pasado que hagan que no confíe en los proveedores de cuidados de la salud. Es posible que haya enfrentado discriminación (recibir un trato menos favorable o injusto) debido a su orientación sexual o identidad de género.

MSK está comprometido con la diversidad, la equidad y la inclusión. Queremos que las personas de todas las orientaciones sexuales e identidades de género sean tratadas de manera justa. Queremos que sienta que se le recibe con cordialidad y que se le tiene en cuenta.

Su equipo de atención está aquí para brindarle apoyo, no para juzgarle. Ya sea que se identifique como LGBTQI+ o esté explorando su sexualidad o identidad de género, aquí está en un espacio seguro.

En MSK, su equipo de atención hará lo siguiente:

- Le tratará con justicia, dignidad y respeto.
- Escuchará sus inquietudes y le brindará apoyo.
- Le ofrecerá atención médica inclusiva y afirmativa.
 - **La atención médica afirmativa** valora y respeta su identidad y experiencias, y ofrece un cuidado que se adapta a sus necesidades específicas. Crea un espacio seguro donde puede expresar su yo auténtico sin temor a juicios ni discriminación.
 - **La atención médica inclusiva** es aquella que es abierta y da la bienvenida a todas las personas. Garantiza que todas las personas tengan acceso a servicios de atención médica, sin importar su orientación sexual, identidad de género, edad, raza, discapacidad, etc.

Sabemos que el proceso de revelar la identidad en un entorno médico no es el mismo para todas las personas. Algunas personas pueden elegir hablar abiertamente cuando conocen a su equipo de atención por primera vez. Otras prefieren esperar hasta encontrar a alguien en su equipo de atención con quien se sientan cómodas.

Puede tomar algún tiempo antes de que sienta seguridad para revelar su identidad con su equipo de atención. Está bien. Su equipo de atención estará aquí para usted cuando esté listo.

¿Qué pasa si no he revelado mi identidad a todas las personas en mi vida?

Puede revelar su identidad a su equipo de atención, incluso si no hizo esto con sus seres queridos. Su equipo de atención mantendrá esta información privada. Recuerde, en MSK, está en un espacio seguro. Nuestros trabajadores sociales, consejeros y personal médico están listos para brindarle apoyo de cualquier manera que podamos.

¿Por qué es importante revelar mi

identidad a mi equipo de atención?

El cáncer no afecta a todas las personas de la misma manera. Recibirá pruebas y tratamientos diferentes a los de otra persona. El tratamiento se basa en muchos factores, como el sexo asignado al nacer, su identidad de género u orientación sexual.

Por eso es importante ser transparente y veraz con su equipo de atención. Esto les ayuda a crear un plan de tratamiento adecuado para usted.

Si elige hablar abiertamente con su equipo de atención, es importante compartir esta información con ellos:

Su nombre elegido y sus pronombres

Es posible que algunas personas tengan un nombre elegido que deseen utilizar durante su atención en MSK. Un nombre elegido es un nombre que utiliza y que es diferente de su nombre legal. Su nombre legal es el que aparece en documentos legales, como su certificado de nacimiento.

Un nombre elegido puede ser:

- Cualquier nombre que sea diferente de su nombre legal.
- Un apodo.
- Un nombre afirmativo (un nombre elegido que representa su identidad de género). Por ejemplo, una mujer transgénero llamada “James” al nacer puede elegir “Jessica” como un nombre afirmativo.

Si desea compartir su nombre elegido, infórmeselo a su equipo de atención. Lo usarán siempre que les sea posible. A veces, pueden pedirle que confirme su nombre legal para su historia clínica y por otras razones, como las siguientes:

- Para verificar su seguro médico y asegurarse de que su plan cubra su atención.
- Para cumplir con las normas de MSK para identificar a los pacientes.

Esto es importante para su seguridad.

Algunas personas pueden tener pronombres que les gustaría que otros usen al referirse a ellas. Ejemplos de pronombres son él/lo/suyo, ella/la/suya y ellos/les/suyo.

Si desea compartir sus pronombres, infórmeselo a su equipo de atención. Asegúrese de informarles si utiliza una combinación de pronombres o si usa pronombres diferentes en ciertos casos. Su equipo de atención médica puede usar sus pronombres elegidos, incluso si son diferentes de los que aparecen en su historia clínica.

Entendemos que la orientación sexual y la identidad de género son fluidas y pueden cambiar con el tiempo. Es posible que cambie su nombre elegido o sus pronombres más de una vez durante su atención. Si lo hace, está bien. Simplemente, infórmele a su equipo de atención.

Si se identifica como trans, no binario o ambos

Como pacientes con cáncer, las personas trans y no binarias a menudo enfrentan desafíos especiales. Un ejemplo es el uso incorrecto de género. Esto ocurre cuando los proveedores de cuidados de la salud utilizan un género o pronombres incorrectos para referirse a usted. Esto suele suceder si el sexo que figura en su historia clínica es diferente de su identidad de género.

Que se utilice un género incorrecto puede ser estresante. Puede hacerle sentir que no le comprenden o respetan. También puede afectar su atención si necesita pruebas o tratamientos que entren en conflicto con su identidad de género.

Por eso es importante informar a su equipo de atención si se identifica como trans, no binario o ambos. Esto evita que hagan suposiciones sobre usted y utilicen un género incorrecto. También les ayuda a comprenderle mejor. Pueden construir una relación de confianza con usted.

Atención centrada en la persona y afirmativa de género

Saber que se identifica como trans, no binario o ambos ayuda a su equipo de atención médica a comprender sus necesidades de atención médica específicas. Les permite ofrecer atención centrada en la persona y afirmativa de género con compasión y respeto.

Si está en proceso de transición, tendrán en cuenta su identidad de género al planificar su tratamiento. Eso incluye su etapa de transición.

Saber cómo se identifica también ayuda a su equipo de atención a asegurarse de que reciba el tratamiento adecuado para su cuerpo. Ejemplos de esto son las siguientes cuestiones:

- Administrarle las dosis correctas (cantidades) de tratamiento contra el cáncer, como la quimioterapia. Esto se basa en su sexo asignado al nacer.
- Realizarle pruebas de detección para ciertos tipos de cáncer. Esto se basa en su sexo asignado al nacer. También puede basarse en cualquier hormona afirmativa de género que haya tomado o en cirugías afirmativas de género que le hayan realizado.

Inventario de órganos

Si se identifica como trans, no binario o ambos, su equipo de atención puede realizar un inventario de órganos. Este es un documento que crean y que enumera su anatomía interna (todos los órganos de su cuerpo). También incluye cualquier cirugía afirmativa de género que le hayan realizado.

Un inventario de órganos ayuda a su equipo de atención a lo siguiente:

- Saber qué partes del cuerpo tiene y cómo se refiere a ellas.
- Identificar cualquier prueba de detección de cáncer adicional que pueda necesitar.
- Hablar con usted sobre su cuerpo y cualquier preocupación de salud que pueda tener.
- Explorar opciones de planificación familiar con usted, si cree que podría

querer tener hijos biológicos en el futuro.

Qué medicamentos toma

Asegúrese de que su equipo de atención conozca todos los medicamentos que toma, incluidos los medicamentos con y sin receta, parches y cremas. Un medicamento con receta es aquel que solo puede obtener con una receta de un proveedor de cuidados de la salud. Un medicamento sin receta es aquel que puede obtener sin una receta.

Es muy importante informar a su equipo de atención sobre todos los medicamentos que está tomando. Es posible que deba ajustar la dosis o dejar de tomar algún medicamento antes de comenzar el tratamiento. Esto se debe a que ciertos medicamentos pueden dañar su cuerpo si los toma durante el tratamiento.

Por ejemplo, puede tomar PrEP (profilaxis previa a la exposición) para prevenir el VIH y Doxy PEP (profilaxis posterior a la exposición con doxycycline) para prevenir infecciones de transmisión sexual (ITS). Si toma estos medicamentos mientras está recibiendo ciertos fármacos de quimioterapia, esto puede dañar los riñones. Por eso, saber qué medicamentos toma puede ayudar a su equipo de atención a planificar su atención de manera segura.

Si recibe terapia hormonal de afirmación de género (GAHT)

Es importante informar a su equipo de atención si está recibiendo GAHT o planea hacerlo. Si está recibiendo GAHT, es posible que deba suspenderla antes de comenzar el tratamiento. Esto se debe a que la terapia GAHT puede hacer que algunos tratamientos sean menos eficaces (no funcionen tan bien como deberían).

No todas las personas necesitan suspender la terapia GAHT durante el tratamiento. Es posible que pueda continuar recibéndola, dependiendo del tipo de cáncer que tenga y de su plan de tratamiento. Hable con su equipo de atención antes de decidir suspender la GAHT.

Quiénes son sus cuidadores

Es importante contar con un sistema de apoyo de seres queridos a su alrededor durante su tratamiento contra el cáncer. Los seres queridos que ayudan a cuidarle se llaman cuidadores.

Los cuidadores pueden ser cónyuges, parejas, amigos cercanos o familiares. Esto incluye a miembros de su familia legal o biológica (parientes consanguíneos) y a miembros de su familia elegida. Su familia elegida le acepta y confía en usted, sean o no parientes consanguíneos.

Si tiene cuidadores, informe a su equipo de atención quiénes son y cuál es su relación con usted. Pida a sus cuidadores y a los miembros de su equipo de atención que programen un tiempo para conocerse, si es posible.

También es importante informar a su equipo de atención con quién pueden compartir su información de salud. Alguien puede acompañarle a sus citas o llamar a sus proveedores de atención médica en su nombre. Informe a su equipo de atención que está bien que esa persona escuche sobre su atención médica y participe en ella.

¿Cuáles son algunos consejos para ayudarme a hablar abiertamente con mi equipo de atención?

Aquí hay algunos consejos para facilitar el proceso de revelar su identidad con su equipo de atención.

Busque una manera de iniciar la conversación

Puede ser difícil hablar sobre su orientación sexual e identidad de género con su equipo de atención. Si no sabe cómo comenzar, intente buscar el momento adecuado para hacerlo.

Si alguien usa un pronombre incorrecto, ese es su momento para corregirle amablemente. Puede decir: “¿Puede llamarme elle, por favor?” A partir de ahí, puede hablar sobre su decisión de revelar su identidad.

Si alguien le pregunta si tiene alguna pregunta o inquietud, puede decir:

- “Hay algo que necesito decirle”.
- “Quiero compartir información sobre mi orientación sexual e identidad de género”.
- “Quiero hablarle sobre mi pareja/cónyuge”.
- “Estoy tomando hormonas como parte de mi tratamiento para la transición de género. ¿Cómo afectará esto mi tratamiento contra el cáncer?”
- “¿Cómo manejan la información privada de los pacientes?”

Lleve a un ser querido con usted para recibir apoyo

No tiene que hablar abiertamente con su equipo de atención solo. Puede sentirse más a gusto si un ser querido le acompaña. Hablar abiertamente puede ser más fácil si tiene a alguien allí para brindarle consuelo y apoyo emocional. Esta persona puede ser su pareja o cónyuge, un miembro de la familia o un amigo.

Si su pareja o cónyuge le acompaña, simplemente preséntele como su pareja o cónyuge. Es una manera sencilla de expresarse abiertamente o comenzar a hablar con su equipo de atención.

También puede ser útil practicar lo que va a decir con alguien en quien confíe. Piense en las preguntas que su equipo de atención podría hacerle. Luego, practique cómo responderá a esas preguntas. No hay una manera correcta o incorrecta de tener esta conversación.

Haga preguntas

Es importante informarse sobre la experiencia de su equipo de atención en el cuidado de personas LGBTQI+. La mejor manera de hacerlo es simplemente preguntándoles. Sus respuestas pueden ayudar a aliviar las preocupaciones que pueda tener sobre revelar su identidad.

Una excelente manera de realizar un seguimiento de sus preguntas es hacer una lista. Puede usar una aplicación para tomar notas en su teléfono o un bloc de notas.

Aquí hay algunos ejemplos de preguntas que puede hacerle a su equipo de atención:

- ¿Tiene experiencia en el cuidado de pacientes LGBTQI+? ¿Puede dar ejemplos de cómo ha apoyado a pacientes LGBTQI+ en el pasado?
- ¿Preguntan por los pronombres y respetan los nombres elegidos?
- ¿Cómo mantienen a salvo a los pacientes LGBTQI+?
- ¿Conoce las necesidades de salud de los diferentes grupos LGBTQI+, como las personas trans o las personas queer de color?
- ¿Cómo manejan la privacidad y la confidencialidad de los pacientes? ¿Cómo manejan esto para pacientes LGBTQI+ que quizás no hayan hablado abiertamente con todas las personas en sus vidas?
- ¿Qué recursos de apoyo LGBTQI+ están disponibles para mí en MSK?

Una vez que haga una lista, llévela con usted a su próxima visita. Al comienzo de su visita, informe a su equipo de atención que tiene preguntas para ellos. Esto les ayuda a reservar tiempo para responder lo que es más importante para usted. Asegúrese de anotar sus respuestas para que pueda repasarlas más tarde.

Comparta esta información por escrito

Algunas personas pueden no sentirse cómodas revelando su identidad en persona, por teléfono o durante una visita de telemedicina. En lugar de eso, puede escribir la información.

Un buen lugar para anotarla es en un cuestionario de salud o formulario de admisión. La mayoría de las personas llenan estos formularios cuando se convierten en pacientes de MSK.

También puede enviar un mensaje a su equipo de atención a través de

MyMSK, nuestro portal para pacientes. Su equipo de atención recibe los mensajes de MyMSK de lunes a viernes. Si envía su mensaje durante el fin de semana, lo verán el lunes. Para obtener más información, lea *Sobre la comunicación con su equipo de atención: cuándo hacer una llamada o usar MyMSK* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/communicating-healthcare-team-mymask).

Comparta solo aquello que le haga sentir cómodo

Es posible que no esté listo para compartir todo sobre su orientación sexual e identidad de género de inmediato. Está bien.

Si elige revelar su identidad a su equipo de atención, no tiene que compartir todo de una vez. Cuando sienta que es el momento adecuado, comience compartiendo la información con la que se sienta a gusto.

Nunca debe sentir presión al compartir su orientación sexual e identidad de género con su equipo de atención. Por ley, no pueden hacerle preguntas sobre esta información si elige no compartirla con ellos.

Es muy valiente elegir hablar abiertamente con su equipo de atención. Ellos lo entienden y le apoyarán de la manera que puedan. Siempre respetarán su derecho a recibir atención como la persona auténtica y verdadera que es.

Recuerde, no hay una manera correcta o incorrecta de hablar abiertamente con su equipo de atención. Intente hacer lo que le resulte más cómodo, a su ritmo personal y a su manera.

¿Qué hace MSK para apoyar a los pacientes LGBTQI+?

Aquí hay algunas formas en que MSK apoya y mejora la atención para los pacientes LGBTQI+:

- **Insignias y cordones arcoíris:** Es posible que vea a algunos miembros de su equipo de atención usando una insignia o un cordón arcoíris. Esto

significa que apoyan a la comunidad LGBTQI+ y que incluso podrían pertenecer a esta comunidad. Puede hablar con ellos sobre las necesidades de la comunidad LGBTQI+.

- **Programa de Orientación Sexual e Identidad de Género (SOGI):** Este programa permite a los nuevos pacientes adultos compartir información sobre su orientación sexual e identidad de género; como sus pronombres, si así lo desean. Añadimos esta información a su historia clínica electrónica que es confidencial y segura.
- **Comité Asesor Clínico LGBTQI+:** Este grupo, que incluye representantes de pacientes, asesora al personal de MSK sobre la atención médica de los pacientes LGBTQI+.
- **Líder en Igualdad en la Atención Médica LGBTQ+ de la Fundación Human Rights Campaign:** Desde 2013, MSK ha sido reconocido como Líder en Igualdad en la Atención Médica LGBTQ+ por la Fundación Human Rights Campaign. Este honor es para reconocer el compromiso de MSK de implementar políticas y prácticas de inclusión para pacientes y personal LGBTQI+.

Recursos de MSK

Recursos de Apoyo LGBTQI+

Este recurso educativo para pacientes enumera los grupos de apoyo y las organizaciones comunitarias disponibles para pacientes LGBTQI+ y sus seres queridos. Puede encontrarlo en www.msk.org/pe/lgbtq_resources o pedirle a su equipo de atención una copia impresa. También puede visitar el sitio web de Educación para Pacientes y la Comunidad de MSK en www.msk.org/pe para buscar más recursos para la comunidad LGBTQI+.

Programa de Atención Oncológica LGBTQI+

Este programa ofrece un espacio seguro y acogedor para las personas de la comunidad LGBTQI+ que se someten a pruebas de detección o reciben tratamiento contra el cáncer en MSK, o que están en nuestro programa de sobrevivencia. Nuestros especialistas en el cuidado de personas LGBTQI+ están aquí para guiarle y apoyarle durante y después del tratamiento contra

el cáncer. Puede hablar con ellos sobre sus objetivos de atención, tratamiento y desafíos en la atención médica. Para obtener más información, visite www.msk.org/experience/patient-support/lgbtqi-cancer-care-program

Grupo de Apoyo para Pacientes LGBTQ+ en Tratamiento Activo Ambulatorio y para Cuidadores

Este es un grupo de apoyo en línea para pacientes LGBTQ+ de MSK que están recibiendo tratamiento activo, y para sus cuidadores. Los integrantes del grupo aprenden formas de afrontar el cáncer, comparten información y experiencias, y se apoyan mutuamente. Para obtener más información o registrarse, visite *Outpatient Active Treatment Support Group for LGBTQ+ Patients and Caregivers* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/outpatient-active-treatment-support-group-lgbtq-patients-and-their-caregivers).

Programa de Adolescentes y Adultos Jóvenes (AYA)

Enterarse de que tiene cáncer o un trastorno sanguíneo en su adolescencia o en la adultez temprana es un gran desafío. El Programa AYA de MSK apoya a jóvenes de entre 15 y 39 años. Este programa tiene como objetivo satisfacer sus necesidades durante su atención en MSK. Visite www.msk.org/aya para obtener más información.

Al trabajar con su equipo de atención médica y los servicios especializados, este programa ofrece apoyo con lo siguiente:

- La vida más allá del tratamiento contra el cáncer.
- Recursos de salud mental y orientación.
- Cómo hacer frente a los efectos secundarios durante su tratamiento contra el cáncer.
- Fertilidad y salud sexual.
- Recursos para la comunidad LGBTQI+.
- Trabajar, ir a la universidad o ambos durante el tratamiento contra el cáncer.

- Preocupaciones financieras y de seguros.

Para obtener más información sobre el programa AYA, envíe un correo electrónico a ayaprogram@mskcc.org o llame al 646-608-8336.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

A Guide for Adolescents and Young Adults (AYAs): Coming Out to Your Care Team - Last updated on December 20, 2024

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center