

# THIS IS LIVING WITH CANCER™

Un programa para personas que viven con cáncer y para sus seres queridos



Descargue la aplicación gratuita LivingWith®

SITIO WEB • APLICACIÓN  
• RECURSOS PARA PACIENTES Y CUIDADORES

## OBTenga INFORMACIÓN SOBRE CÓMO LLEVAR UNA VIDA SALUDABLE

¿Busca nuevas formas de comer sano o mantenerse activo? Descubra artículos sobre nutrición, bienestar, aptitud física y más. Además, encuentre información sobre la depresión, la ansiedad y el dolor.

## DESARROLLE HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO

Obtenga ayuda para establecer objetivos, comunicarse, controlar el estrés y más con *Esto es para usted (This Is for You)*, una herramienta diseñada para ayudarlo a afrontar desafíos, tanto esperados como inesperados.

## INSPIRESE

Escuche historias reales de personas que viven con cáncer. Tal vez sus recorridos sean diferentes, pero todos comparten fuerza, resiliencia e inspiración.

## BUSQUE GRUPOS DE APOYO

Conéctese a recursos desarrollados por organizaciones de apoyo asociadas y encuentre recursos específicos según el tipo de cáncer.

## A MEDIDA QUE ENVEJECEMOS

*Herramientas y recursos para adultos de edad avanzada*

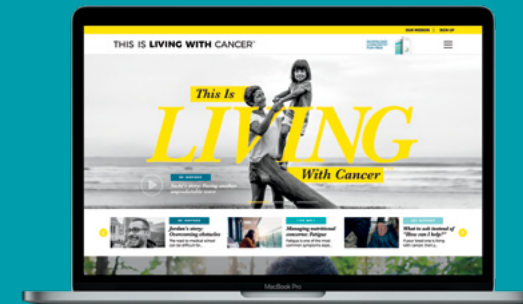
¿Sabía que aproximadamente el 54 % de los casos de cáncer se producen en personas mayores de 65 años? “A medida que envejecemos” (As We Age) se creó para satisfacer las necesidades y los desafíos únicos de los adultos de edad avanzada y para darles las herramientas que les permitan tomar el control de su salud.

**MOTIVACIÓN**  
Escuche historias inspiradoras de pacientes.

**EDUCACIÓN**  
Explore los desafíos frecuentes y obtenga información sobre cómo llevar una vida saludable.

**HERRAMIENTAS**  
Descargue guías y registros diarios para crear hábitos saludables, hacer un seguimiento de sus actividades y manejar su vida diaria.

## RECURSOS PARA AYUDARLO A VIVIR MÁS ALLÁ DE SU DIAGNÓSTICO



**This Is Living With Cancer™** es un programa desarrollado por Pfizer Oncology e incluye recursos diseñados para todas las personas que viven con cáncer.

Este programa está **disponible para todos en los Estados Unidos**, independientemente de si están recibiendo o no un tratamiento de Pfizer.

  Síguenos  
[@thisislivingwithcancer](https://www.instagram.com/thisislivingwithcancer)

 Para obtener más información, visite  
[ThisIsLivingWithCancer.com](https://www.thisislivingwithcancer.com)



# UNA APLICACIÓN GRATUITA DISEÑADA PARA AYUDAR A MANEJAR LA VIDA CON CÁNCER



**LivingWith®** le ayuda a ocuparse de los detalles cotidianos para que usted pueda enfocarse en el panorama completo.

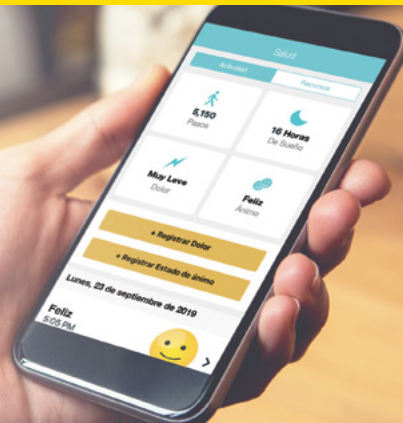
Con la aplicación **LivingWith®** puede hacer lo siguiente:

## OBTENER APOYO

Pedir ayuda puede ser difícil. **LivingWith** hace que sea fácil enviar solicitudes para recibir ayuda con las tareas cotidianas, como comidas o traslados a las citas médicas. También puede encontrar grupos de apoyo y eventos locales en su comunidad.



Escanee este código con la cámara de su teléfono para obtener información sobre otras funciones de la aplicación o visite [ThisIsLivingWithCancer.com/Living-With-App](https://www.thisislivingwithcancer.com/Living-With-App)



## HACER UN SEGUIMIENTO DE SU SALUD

Cómo se siente puede cambiar día a día y, por eso, es útil descubrir los patrones. Con **LivingWith**, puede hacer un seguimiento de los patrones del estado de ánimo y del dolor, y sincronizar el sueño y los pasos con rastreadores portátiles, como **Fitbit™**, **Apple® Health** o **Google Fit™**.

## MANTENERSE ORGANIZADO

Estar preparado permite tener mejores conversaciones con su médico. **LivingWith** lo ayuda a anotar preguntas, grabar notas de audio y recordar información importante de las visitas al médico.

## ASIGNAR UN REPRESENTANTE

Si manejar la aplicación es demasiado para usted, puede asignar a alguien que envíe solicitudes de ayuda o que actualice a sus amigos o familiares en su nombre.

Para obtener más información y descargar la aplicación **LivingWith®** de manera gratuita, visite [ThisIsLivingWithCancer.com](https://www.thisislivingwithcancer.com).

Disponible en inglés y en español.



[ThisIsLivingWithCancer.com](https://www.thisislivingwithcancer.com)

App Store es una marca de servicio de Apple Inc., registrada en los EE. UU. y en otros países.

PP-ONC-USA-2012-02  
© 2020 Pfizer Inc. Todos los derechos reservados.  
Octubre 2020



Fitbit es una marca comercial registrada y una marca de servicio de Fitbit, Inc. LivingWith® está diseñada para su uso con la plataforma Fitbit. LivingWith® no es ofrecido por Fitbit, y Fitbit no presta servicio ni garantiza la funcionalidad de este producto.

©2018 Google LLC, utilizado con permiso. Google y el logotipo de Google son marcas comerciales registradas de Google LLC.