

Al conversar con su empleador...

Si es un empleado y ha decidido donar células madre sanguíneas, es importante que le informe a su empleador cuanto antes sobre el proceso de donación. Decirle qué necesitará y cómo puede ayudarlo contribuirá a organizar el tiempo que demandan la donación y la recuperación. Esto podría afectar su asistencia al trabajo. Esta guía le brinda respuestas a preguntas frecuentes que su empleador podría tener, además de puntos importantes que debe tratar para ayudarlo a comunicarse eficientemente.

La donación

P: ¿Qué es la donación de células madre, y qué le piden que haga?

- La donación de células madre es el proceso de donar células formadoras de sangre sanas para reemplazar las células enfermas de un paciente que tiene un cáncer o una enfermedad rara de la sangre. Hay dos métodos de donación: células madre de sangre periférica (peripheral blood stem cells, PBSC) y extracción de médula ósea. El médico del paciente decide cuál es el mejor método para el paciente.
- **La donación de PBSC** es un procedimiento no quirúrgico que se realiza en un banco de sangre o en la unidad de consulta externa de un hospital.
 - El proceso de donación de PBSC se llama aféresis y es similar al de la donación de plasma, pero suele tomar más tiempo.
 - Si me piden que done PBSC, recibiré inyecciones de un medicamento durante cinco días seguidos para aumentar la cantidad de células sanas en mi organismo. Durante ese tiempo, es posible que tenga síntomas como cansancio, dolor de cabeza o dolores corporales. La donación tendrá lugar el quinto día.
- **La donación de médula ósea** es un procedimiento quirúrgico ambulatorio que se realiza en la sala de operaciones de un hospital.
 - Estaré bajo anestesia cuando los médicos extraigan médula ósea del interior del hueso de la cadera.

P: ¿Cómo lo seleccionaron para ser donante?

- Me inscribí en NMDP RegistrySM. Cada búsqueda que se realiza a través de NMDPSM le da acceso al paciente a más de 43 millones de posibles donantes de todo el mundo. Cualquiera de nosotros podría resultar compatible con un extraño que necesita un trasplante.
- La organización conecta a donantes voluntarios, como yo, con miles de pacientes con un cáncer de la sangre, como la leucemia y el linfoma, anemia drepanocítica u otra enfermedad que pone en peligro la vida. Un trasplante puede ser la única opción de tratamiento que podría salvarles la vida.

P: ¿Por qué es tan importante ser compatible con el paciente?

- El setenta y cinco por ciento de los pacientes que necesitan un trasplante no tienen un donante totalmente compatible en su familia y recurren a NMDP para encontrar un donante no relacionado. Es posible que yo sea el donante más compatible con ese paciente.
- La compatibilidad entre el donante y el paciente es más compleja que simplemente tener el mismo grupo sanguíneo. Incluye varios factores, el más crucial de los cuales es el tipo de antígeno leucocitario humano (human leukocyte antigen, HLA). Los HLA son proteínas —o marcadores— que se encuentran en la mayoría de las células del cuerpo, y es esencial que coincidan estrechamente para que el trasplante tenga éxito.

Consejo para conversar: Comparta la emoción de la donación... pero **compártala con cuidado**. Los pacientes confían en que mantendrá su identidad privada. No comparta la fecha exacta de la donación. Y no diga la edad, la enfermedad específica ni el sexo del paciente.

Consejo para conversar: Antes que nada, considere contarle a su supervisor inmediato dónde y por qué se inscribió en el registro. Eso podría ayudarlo a entender su motivación para querer ayudar a una persona desconocida.

Compromiso de tiempo

P: ¿Tendrá que tomarse licencia con paga o días de vacaciones para estas citas?

- La cuestión de si se debe tomar licencia con paga o sin paga es diferente para cada donante y depende del empleo específico, del supervisor inmediato y de las políticas de la organización donde trabaja.

Consejo para conversar: Antes de tratar este tema con su supervisor inmediato, lea la política de su empleador sobre la licencia por razones médicas. La legislación de algunos estados exige a los empleadores que les otorguen licencia a los empleados para que hagan una donación sin tener que usar los días por enfermedad o de vacaciones. Para ver los estatutos de las licencias de cada estado, visite: nmdp.org/StateStatutes

P: ¿Le van a pagar por la donación?

- Los donantes de células madre de NMDP son voluntarios. Si me piden que done, no recibiré ninguna compensación por ayudar a salvar a una persona desconocida.

Consejo para conversar: Si su organización no cuenta con una política de licencia con paga para donar, su supervisor podría pedirle que se tome licencia con paga o vacaciones para sus citas y la donación en sí. Si no tiene licencia con paga en su empleo, su supervisor puede pedirle que se tome licencia sin paga. Si esto constituye un obstáculo mayor para que done, póngase en contacto con su especialista en contacto con el donante para ver con qué recursos puede contar.

La recuperación y las limitaciones físicas

P: ¿En cuánto tiempo después de la donación podrá regresar al trabajo?

- El tiempo de recuperación de los procedimientos de médula ósea y PBSC son diferentes, por lo que, en última instancia, depende de lo que se me pida que done.
- Si dono PBSC, debería poder regresar al trabajo, la universidad y mis otras actividades después de uno o dos días, según cuáles sean mis responsabilidades laborales.
- Si dono médula ósea, debería poder regresar a trabajar, la universidad y mis actividades habituales entre uno y siete días después. Si es posible, se me recomienda que trabaje medio día al regresar al trabajo y vaya aumentando el horario a medida que sea capaz de hacerlo. Si mi empleo requiere trabajo físico o levantar objetos pesados, posiblemente necesite recuperarme más tiempo.

P: ¿Hay alguna actividad que deba evitar cuando regrese al trabajo?

- Si dono PBSC, se me recomienda que:
 - Espere 24 horas para operar maquinaria pesada, subir escaleras o trabajar en alturas.
- Si dono médula ósea, se me recomienda que:
 - Evite levantar objetos pesados, de más de 10 libras, agacharme o hacer ejercicio durante la primera semana.
 - Descanse entre períodos de actividad intensa a lo largo del día durante la primera semana.

Acerca de NMDP

P: ¿Cómo puede estar seguro de que NMDP es una organización legítima?

- NMDP, que se fundó en 1987, es una organización líder en terapia celular, y ayuda a encontrar curas y a salvarles la vida a pacientes con cánceres y trastornos de la sangre.
- El Congreso de EE. UU. ha encomendado a NMDP la dirección de C.W. Bill Young Cell Transplantation Program, el programa federal que financia el registro nacional de sangre y médula ósea de Estados Unidos.
- NMDP es el núcleo de una red internacional para trasplantes. La organización cuenta con normas cuyo fin es asegurar que los pacientes y los donantes reciban atención de alta calidad y que se cumplan todos los requisitos gubernamentales.

Consejo para conversar: Comparta [este video](#) con su empleador para mostrarle cómo está logrando que se cumplan sueños.

P: ¿Puedo hablar con alguien de NMDP sobre su donación o para recibir documentación formal?

- Sí, puedo autorizar al especialista en contacto con el donante a que hable con usted. Sin embargo, entienda que no podrán darle detalles específicos sobre mi caso debido a la confidencialidad. Puede visitar nmdp.org para ver información completa sobre el proceso de donación y el tiempo que exige a los donantes.

P: ¡NMDP parece un programa maravilloso! ¿Cómo pueden colaborar nuestra organización y los empleados?

- Nuestra organización y los empleados pueden colaborar de muchas maneras:
 - **Organizar una campaña de recaudación de fondos corporativa:** [Averigüe cómo crear](#) una campaña de recaudación de fondos para ayudar a los empleados a maximizar su acción que salva vidas.
 - **Hacer una donación monetaria:** Averiguar maneras en que nuestra organización puede [colaborar con NMDP](#) a través de contribuciones monetarias y programas de donación en el lugar de trabajo.
 - **Colaborar con NMDP:** Crear una iniciativa de colaboración que refleje sus objetivos comerciales y filantrópicos.
 - **Compartir mi historia:** Ayudarme a contar la historia de mi donación como una manera de alentar a otras personas a inscribirse en NMDP Registry y a mostrar de qué modo nuestra organización apoya las causas personales de los empleados.

Recursos adicionales para el donante

- Visite nmdp.org/DonorToolkit y haga clic en “Talking with your employer” (Al hablar con su empleador) para encontrar más recursos. Comuníquese con el especialista en contacto con el donante si hay un recurso específico que no encuentra.
- Si a su empleador le interesa establecer una política de licencias con paga para donantes en su organización, comuníquese con el especialista en contacto con el donante para obtener más información.