



- ▶ COMMUNITY OUTREACH ... 1
- ▶ CCRC NEWS ... 2
- ▶ MYTHS AND FACTS ... 3
- ▶ CANCER AWARENESS ... 4

Cancer Clinical Research Core Newsletter

CCRC - VOLUME 2 - ISSUE 2 - AUG - OCT 2013

Community Outreach Activities/Actividades en la Comunidad

Cancer 180 Conference

On June 29th, the Cancer Clinical Research Core (CCRC) facility staff participated in the Cancer 180 Conference, which was a collaborative between Texas Tech University Health Sciences Center, the M.D. Anderson Cancer Center, the Rio Grande Cancer Foundation, and Candlelighters of El Paso. The conference was hosted at the Paul L. Foster School of Medicine Medical Education Building and was dedicated to the needs and interests of cancer patients ages 18 through 39; approximately 100 attendees participated.

UTEP Health and Wellness Fair

On July 11th, the Cancer Clinical Research Core (CCRC) facility staff participated at UTEP's Annual Health and Wellness Fair. The TTUHSC Department of Internal Medicine provided information about the services our clinics offer and the CCRC team provided important information about the University Breast Care Center and the cancer clinical trials that are currently open for new participant enrollment. **If you would like more information about these clinical trials, please contact us at (915) 783-1280 or e-mail us at ccrc@ttuhsc.edu.**



Conferencia de Cáncer 180

El 29 de Junio, el equipo del Centro de Investigaciones Clínicas en Cáncer (CCRC) participo en la conferencia de Cáncer 180, una colaboración entre Texas Tech University Health Sciences Center, M.D. Anderson Cancer Center, La Fundación de Cáncer Rio Grande y Candlelighters de El Paso. La conferencia se llevo a cabo en el Edificio de Educación Medica de la Escuela de Medicina Paul L. Foster y fue dedicada a las necesidades e intereses de pacientes con cáncer de edades 18 a 39 años; aproximadamente 100 asistentes participaron.

Feria de Salud y Bienestar de UTEP



El 11 de Julio, el equipo del Centro de Investigaciones Clínicas en Cáncer (CCRC) participo en la Feria de Salud y Bienestar de UTEP. El Departamento de Medicina Interna de Texas Tech proveyó información sobre los servicios que nuestras clínicas ofrecen y el equipo del CCRC proveyó información importante sobre el University Breast Care Center y los ensayos clínicos en cáncer que actualmente están reclutando a nuevos participantes. **Si desea obtener mas información sobre estos ensayos clínicos, por favor comuníquese al (915) 783-1280 o por correo electrónico a ccrc@ttuhsc.edu.**

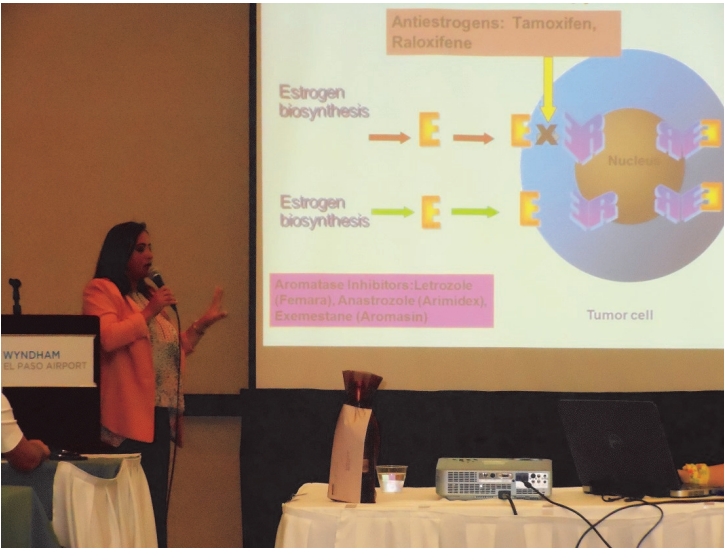
CCRC News

Noticias del CCRC

Keep on Dancing

Cancer Survivorship Conference

Zeina Nahleh, M.D., Associate Professor and Chief of the Division of Hematology/Oncology at the Texas Tech University Health Sciences Center, presented at the Rio Grande Cancer Foundation's "Keep on Dancing" Cancer Survivorship Conference on Saturday, August 24, 2013. The title of her presentation was: "Post-Breast Cancer Treatment Hormonal Related Issues and Effects on Survivors". Dr. Nahleh spoke to a large audience about the risks and benefits of hormonal therapy, and how to manage breast cancer treatment-related hormonal changes, hormone supplementation and what's right for the patient.



Welcoming Our New Team Member



Jacqueline Marek-Gómez, B.S., B.A. graduated from New Mexico State University and has worked in the research field for about seven years. Jacqueline was first inducted into the Research Initiative for Scientific Engagement internship and the Minority Access to

Research Careers fellowship programs, where she began her work in a microbiology research lab. She has gained experience in working with various types of research including: health and personal care, pharmaceutical research, phase one research, and cardiovascular research.

Siga Bailando

Conferencia de Sobrevivencia del Cáncer

El 24 de Agosto, la Dra. Zeina Nahleh, Profesora Asociada y Jefa de la División de Hematología/Oncología de Texas Tech University Health Sciences Center participo en la conferencia "Keep on Dancing" (Siga Bailando), una conferencia para sobrevivientes de cáncer que fue organizada por la Fundación de Cáncer Rio Grande. La presentación llevo por titulo: "Problemas relacionados con las hormonas después del tratamiento para cáncer de mama y efectos en los sobrevivientes". La Dra. Nahleh ofreció una presentación a un gran número de asistentes sobre los riesgos y beneficios de la terapia hormonal, como manejar los cambios hormonales relacionados al tratamiento de cáncer de mama, el uso de hormonas como un suplemento y que es lo mejor para el paciente.

Bienvenida a un Nuevo Miembro del Equipo



Jacqueline Marek-Gómez, B.S., B.A. se graduó de la Universidad Estatal de Nuevo Mexico (NMSU) y ha trabajado en el campo de investigación por cerca de siete años. Jacqueline fue aceptada al internado del Research Initiative for Scientific Engagement y la asociación del programa de Minority Access to Research Careers donde comenzó su trabajo en un laboratorio de investigación en microbiología. A partir de ahí Jacqueline ha adquirido experiencia en distintos tipos de investigación que incluyen: investigación en el área de salud y cuidado personal, investigación farmacéutica, investigación en primera fase, e investigación cardiovascular.

Myths and Facts - Cancer and Diet

Mitos y Realidades - El Cáncer y la Dieta

Myth 1: Sugar feeds cancer so cancer patients should not eat sugar.

Fact: Sugar (glucose) is needed by all cells in our body for fuel. Blood sugar comes from all carbohydrate foods, including healthful vegetables, fruits, whole grains and low fat dairy sources. While avoiding sugar completely will not slow cancer growth, eating a lot of high sugar foods may mean excess calories in your diet which leads to excess weight and body fat. This in turn has been linked to greater risk of several types of diseases including cancer.



Myth 2: Fat is directly linked to cancer and death from cancer and should be eliminated from diet.

Fact: Fat is not directly linked to cancer. While some studies have shown that consuming a diet that is low in fat decreases the rate of cancer recurrence, they are not conclusive. What is clear, though, is that an overall healthier diet, lifestyle changes and maintaining a healthy weight will lead to a lower risk of cancer-related death.



Myth 3: Cancer patients should not eat red meat.

Fact: Studies have suggested that greater red and processed meat intake is associated with higher risk of death among some cancer patients, like those with colon cancer. However, there is no proof that red meat or any specific food causes cancer directly. Therefore, a diet that is healthy with moderate consumption of meat and other nutrients is the best approach.

Myth 4: Eating a lot of vegetables and fruits will prevent cancer.

Fact: Eating a healthy diet containing fruits and vegetables is recommended as part of overall healthier eating habits, but this has not been conclusively linked to the direct prevention or reduction of cancer incidence in individuals. Fruits and vegetables contain a lot of antioxidants which are known to attack free radicals that go through our blood streams. These free radicals are potentially cancer causing, and the addition of antioxidants somehow neutralizes them.

Mito 1: El azúcar alimenta el cáncer, por lo tanto, los pacientes con cáncer no deben comer azúcar.

Realidad: Nuestro cuerpo necesita azúcar (glucosa) como combustible. El azúcar en la sangre proviene de alimentos que contienen carbohidratos, incluyendo alimentos saludables como verduras, frutas, granos integrales, leche y yogurt bajos en grasa. Aunque evitar el azúcar por completo no retrasa el crecimiento del cáncer, comer demasiados alimentos altos en azúcar puede resultar en un exceso de peso y grasa corporal. Esto ha sido ligado a un mayor riesgo de varios tipos de enfermedades, incluyendo el cáncer.



Mito 2: La grasa está directamente ligada al cáncer y a la muerte por cáncer y debe ser eliminada de la dieta.

Realidad: Mientras que algunos estudios han demostrado que una dieta baja en grasa disminuye la tasa de recurrencia de cáncer, los resultados no son conclusivos. Lo que es claro es que una dieta saludable, cambios en el estilo de vida, y un peso saludable conducen a un riesgo menor para la muerte relacionada al cáncer.

Mito 3: Pacientes con cáncer no deberían comer carne roja.

Realidad: Algunos estudios han sugerido que un mayor consumo de carne roja y carnes procesadas está asociado con un mayor riesgo de muerte entre los pacientes con cáncer, tales como los pacientes con cáncer del colon. Sin embargo, no hay pruebas que la carne roja o cualquier otra comida en específico causen cáncer directamente. Una dieta saludable con un consumo moderado de carne es mejor.

Mito 4: El comer muchas verduras y frutas puede prevenir el cáncer.

Realidad: Como parte de hábitos alimenticios saludables, se recomienda una dieta que incluya frutas y verduras, pero el consumo de tales no ha sido ligado conclusivamente a la prevención directa o a la reducción de la incidencia de cáncer en las personas. Las frutas y verduras contienen muchos antioxidantes que atacan los radicales libres que viajan por la torrente sanguínea y que potencialmente podrían causar cáncer. El añadir antioxidantes de alguna manera neutraliza los radicales libres.

October is Breast Cancer Awareness Month

Octubre es el Mes de Concientización sobre Cáncer del Seno

Breast Cancer Survivorship Facts

- ◆ Breast cancer survivors comprise the largest proportion of all cancer survivors.
- ◆ At this time there are more than 2.8 million breast cancer survivors in the United States. (This includes women still being treated and those who have completed treatment.)-American Cancer Society
- ◆ Hispanic breast cancer survivors may have a higher rate of psychosocial and physical stress, as suggested by a study conducted at Texas Tech University Breast Care Center
- ◆ Research is needed to increase understanding of the prevalence of, mechanisms of, and risk factors for late and long-term effects of cancer and its treatment.
- ◆ In addition, research is needed to better define interventions that relieve symptoms, restore function, and improve the quality of life of survivors.

Resources/Recursos

Survivorship Information

<http://www.cancer.org/treatment/survivorshipduringandaftertreatment/index>

Cancer Survivors Network

<http://www.csn.cancer.org/>

National Cancer Survivorship Resource Center

<http://www.cancer.org/SurvivorshipCenter>

American Institute for Cancer Research

<http://www.aicr.org/patients-survivors/after-cancer-treatment.html>

National Cancer Institute's Cancer Information Service

1-800-4-CANCER

ASCO: Survivorship Information

<http://www.cancer.net/survivorship>

Centers for Disease Control and Prevention: Survivorship information

<http://www.cdc.gov/cancer/survivorship/index.htm>

National Comprehensive Cancer Network: Life After Cancer

<http://www.nccn.com/life-after-cancer.html>

Hechos sobre la Sobrevivencia del Cáncer de Seno

- ◆ Las sobrevivientes de cáncer de mama, componen la mayor proporción de todos los sobrevivientes de todos los tipos de cáncer.
- ◆ En este momento hay mas de 2.8 millones de sobrevivientes de cáncer de mama en los Estados Unidos. (Esto incluye mujeres que todavía están recibiendo tratamiento y aquellas que ya terminaron el tratamiento). – American Cancer Society
- ◆ Las sobrevivientes de cáncer de mama de origen Hispano pueden tener una taza mayor de estrés físico y psicosocial, tal como lo sugiere un estudio que se llevo a cabo por el University Breast Care Center de Texas Tech.
- ◆ Las investigaciones clínicas son necesarias para aumentar nuestro conocimiento de la prevalencia, los mecanismos y los factores de riesgo para los efectos del cáncer y su tratamiento a largo plazo.
- ◆ Además, las investigaciones clínicas son necesarias para poder definir mejor las intervenciones que alivian los síntomas, ayudan a recobrar la función, y a mejorar la calidad de vida de los sobrevivientes.

Cancer Clinical Research Core Facility

440 Raynolds St.
El Paso, TX 79905

(915)783-1280
ccrc@ttuhsc.edu

<http://www.ttuhsc.edu/ccrc>



CANCER PREVENTION &
RESEARCH INSTITUTE OF TEXAS