



Accede aquí a
la herramienta
"Mi LMC"

Escanea el QR e inicia el
seguimiento de tu LMC.



Herramienta para monitorizar la **calidad** de vida en LMC



Preguntas frecuentes

¿Qué es "Mi LMC" y para qué sirve?

¿Dónde puedo acceder? ¿Es gratuita?

¿Qué tipo de preguntas incluye?

**¿Cómo me ayuda la herramienta
para mi próxima consulta?**

**¿Cómo me puede ser de utilidad
para el seguimiento de mi LMC?**



¿Qué es “Mi LMC” y para qué sirve?

“Mi LMC” es una herramienta digital en línea o WebApp, creada conjuntamente por **CML Advocates Network** y **Novartis**, que te ayuda a **reflexionar y hacer seguimiento de cómo la leucemia mieloide crónica (LMC) y su manejo influyen en tu vida diaria.**



Su objetivo es ayudarte a **prestar atención a aspectos de tu bienestar que a veces pueden pasar desapercibidos**, para que puedas comentarlos con mayor claridad durante tus consultas médicas.

Esta herramienta **no sustituye a tu equipo de profesionales sanitarios**, pero puede ayudarte a **preparar mejor las visitas y aprovecharlas al máximo.**



¿Dónde puedo acceder? ¿Es gratuita?

La herramienta “Mi LMC” es de acceso totalmente **gratuito** y **no requiere descarga**.



Puedes utilizarla desde **cualquier dispositivo** (móvil, tablet u ordenador) con conexión a internet, accediendo al siguiente enlace o escaneando el siguiente QR:



<https://staging-yourms.observia.fr/switch-tenant-landing/49>



Tienes la opción de registrarte, lo que te permitirá:

- Guardar tus informes anteriores.
- Visualizar de forma más clara la evolución de tu calidad de vida a lo largo del tiempo.
- Acceder a un panel de seguimiento con tus datos consolidados.



Tus datos de salud se tratan de forma segura. Solo podrán utilizarse datos anonimizados, es decir, datos que no permiten identificarte personalmente.

Novartis no tiene acceso a ninguna información personal o identificativa de los usuarios.



¿Qué tipo de preguntas incluye?



La herramienta “Mi LMC” incluye **preguntas breves y fáciles** de responder sobre distintos aspectos de tu calidad de vida y sobre cómo la leucemia mieloide crónica (LMC) y/o su manejo pueden estar afectándote.

Por ejemplo, se te preguntará sobre:

- **Tu rutina diaria**
- **Tu vida familiar y social**
- **Tu trabajo y tus actividades habituales**
- **Tus aficiones y actividades de ocio**
- **Tu concentración y memoria**
- **Tu bienestar mental**
- **Tu salud y actividad sexual**
- **Síntomas concretos que puedas estar experimentando**

Impacto en su vida

¿Estos aspectos de su vida han mejorado, se han mantenido igual o han empeorado desde la última consulta con su médico? Si no ha habido ningún impacto, o si no desea contestar, puede omitir cualquiera de las preguntas.

Rutina diaria

Vida familiar y social

Aficiones y actividades de ocio

Trabajo

Concentrarse o recordar cosas

Salud y actividad sexual

Bienestar mental

Impacto en su cuerpo

Gracias por sus comentarios. A partir de las respuestas dadas en el paso anterior, indique dónde ha experimentado los síntomas que más han afectado negativamente a su calidad de vida.

Seleccione una única tarjeta.

Cabeza

Dolores de cabeza, sequedad de boca, problemas oculares, caída del cabello y malestar

Estómago y digestión

Calambres abdominales, estreñimiento, diarrea o pérdida de apetito

Músculos y huesos

Huesos, articulaciones, dolor muscular o calambres

Bienestar mental

Emociones, preocupaciones, cambios de humor y preocupaciones sobre la salud futura

Salud y actividad sexual

Pérdida de deseo, dificultades, dolor durante las relaciones sexuales e impacto en la intimidad

Todo el cuerpo

Preocupaciones corporales generales como el peso, la piel, la sudoración, la hinchazón y la salud cardiovascular

Siguiente

Síntomas asociados

Cabeza

Sequedad de boca

Caída del cabello

Cefaleas

Problemas oculares (por ejemplo, ardor, lagrimeo, sequedad, párpados hinchados)

Dolor de cabeza

Dificultad de concentración

Dificultad para recordar

Músculos y huesos

Dolor de huesos

Dolor articular

Dolor muscular

Calambres musculares

Dolor que afectaba a su actividad diaria

Estómago y digestión

Falta de apetito

Náuseas

Vómitos

Informe de LMC del Monitor de Calidad de Vida

Puede compartir este informe con su médico durante su próxima consulta para orientar las conversaciones relativas a sus síntomas.

Fecha: 25/02/2026 14:29

Este informe fue cumplimentado por el cuidador

Aspectos generales	
Impacto	
Ha mejorado	3
Sigue igual	3
Ha empeorado	1
Síntomas	
Lugar	Número de síntomas notificados
Cabeza	2
Músculos y huesos	1
Estómago y digestión	1
Bienestar mental	4
Todo el cuerpo	2
Salud y actividad sexual	1

Temas clave para hablar con mi médico

- Bienestar mental

Impacto	
Cómo ha afectado la LMC a estos aspectos de su vida	
	Este informe 25/02/2026
Rutina diaria	Ha mejorado
Vida familiar y social	Sigue igual
Aficiones y actividades de ocio	Ha mejorado
Trabajo	Sigue igual
Concentrarse o recordar cosas	Ha mejorado
Salud y actividad sexual	Sigue igual
Bienestar mental	Ha empeorado

Además, no es necesario responder a todas las preguntas, puedes omitir cualquier pregunta que no desees contestar o finalizar el cuestionario en cualquier momento.

Las preguntas se van adaptando en función de tus respuestas, para centrarse en los aspectos que más impacto tienen en tu día a día.



¿Cómo me **ayuda** la herramienta para **mi próxima consulta?**

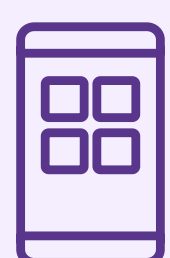


Completar el cuestionario de “Mi LMC” te llevará **menos de 5 minutos.**



Al finalizar, se genera automáticamente un **informe** que resume de forma clara y visual:

- Los aspectos de tu vida más afectados.
- Los síntomas más relevantes.
- Los temas que tú mismo/a has indicado que te gustaría comentar con tu médico.



Puedes **descargar el informe en PDF** o **enviarlo por correo electrónico** a tu médico.

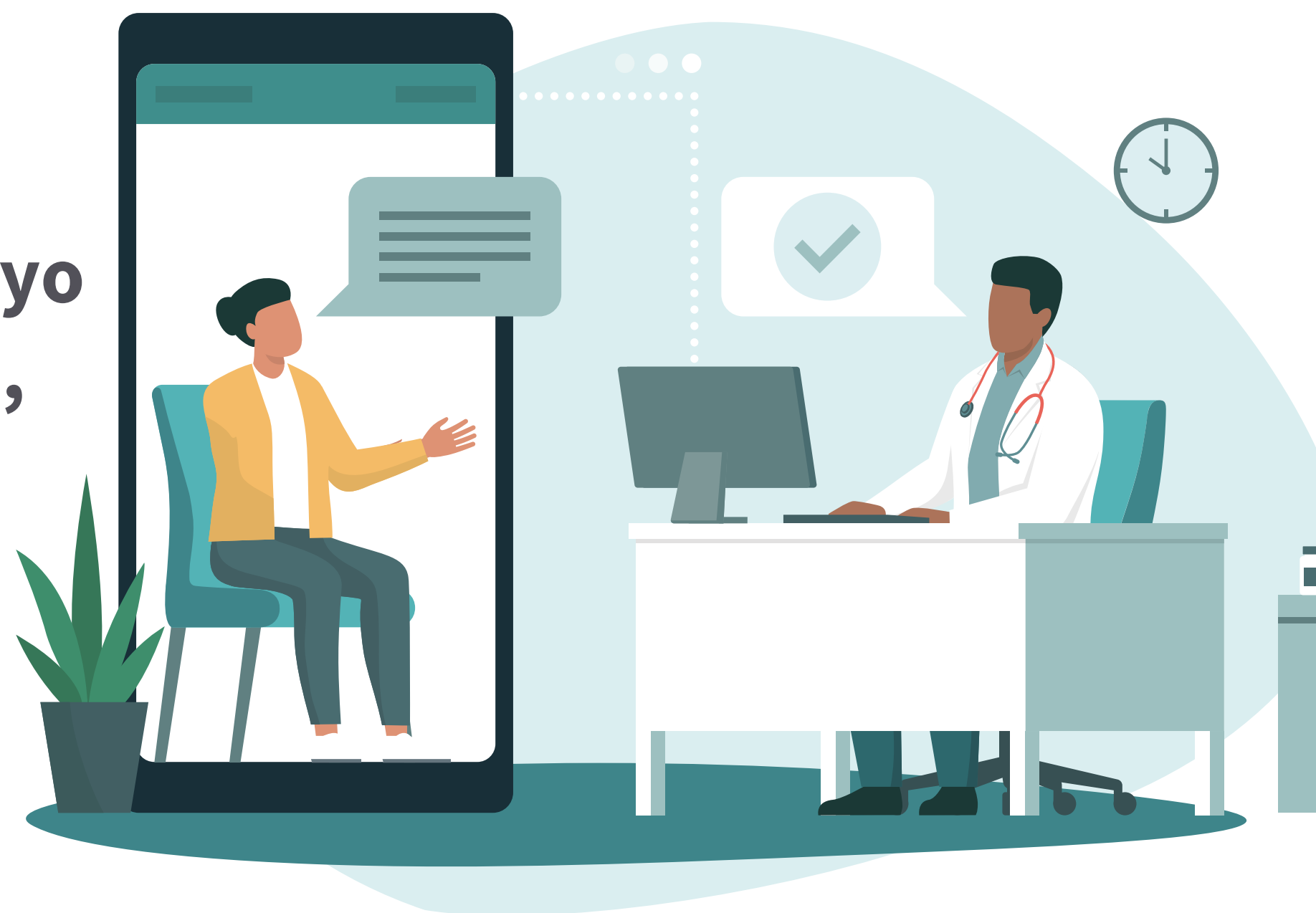


Este informe puede ayudarte a prepararte la visita con tu médico y a explicarle mejor cómo te encuentras durante la consulta.



¿Cómo me puede ser de utilidad para el seguimiento de mi LMC?

Puedes utilizar la herramienta “Mi LMC” con la **frecuencia que tú desees**. Está pensado como una **herramienta de apoyo para las conversaciones con tu médico**, por lo que se recomienda especialmente completarlo el día de tu consulta.



Si utilizas la herramienta en más de una ocasión, podrás **comparar tus respuestas y observar cómo evolucionan** distintos aspectos de tu calidad de vida a lo largo del tiempo.

Si decides crear una cuenta, tendrás acceso a un **panel de seguimiento** donde visualizar de forma más clara esa evolución.

