

## Guía rápida sobre la variedad de apoyos

### Apoyo personal

- *Apoyarse a uno mismo*
- Ej.: investigó las opciones de tratamiento, buscó una segunda opinión, elaboró una adaptación razonable con un empleador, presentó una apelación ante el seguro de salud/por discapacidad, participó en actividades de educación o apoyo para usted mismo (como un grupo de apoyo), etc.

### Apoyo comunitario

- *Apoyar a otras personas o a la comunidad*
- Ej.: habló en un evento, se ofreció como voluntario en una línea de ayuda o como asesor no especializado, ayudó a un amigo o familiar durante el diagnóstico, dirigió actividades educativas y de alcance comunitario, compartió información con sus proveedores de atención médica, etc.

### Apoyo institucional

- *Apoyar a una organización relacionada con la causa*
- Ej.: se ofreció como voluntario o pasante, recaudó fondos, fue anfitrión de un evento o asistió a un evento, etc.

### Apoyo mediático

- *Apoyar a través de las plataformas de los medios de comunicación*
- Ej.: escribió un blog, artículo, editorial de opinión, dio una entrevista, compartió información en las redes sociales, participó en un chat de Twitter, etc.

### Apoyo científico

- *Apoyar la ciencia o la investigación*
- Ej.: revisó subsidios para una organización o agencia (Departamento de Defensa), apoyó el aumento en los fondos para investigación, aunó esfuerzos para el apoyo científico de una organización (Komen), asistió a una capacitación (como Project LEAD), participó en el consejo de revisión institucional (IRB) de un hospital, etc.

### Apoyo de políticas

- *Apoyar una política nueva o modificada*
- Ej.: se reunió con una agencia local, estatal o federal con respecto a una política, aunó esfuerzos para el apoyo de una organización, respondió a una iniciativa para la acción, firmó una petición, asistió a una reunión de la municipalidad, realizó comentarios a las reglamentaciones, etc.

### Apoyo legislativo

- *Apoyar una legislación o propuestas nuevas o modificadas*
- Ej.: se familiarizó con los funcionarios elegidos o municipales, aunó esfuerzos para el apoyo de una organización, respondió a una iniciativa para la acción, firmó una petición, asistió a una reunión de la municipalidad, asistió a una reunión del distrito, asistió a un día de cabildeo estatal o federal, etc.

© Triage Cancer 2016-2019