

Diseñe un plan para el tratamiento del cáncer

Cuando se recibe el diagnóstico de cáncer, se inicia un recorrido que comprende dos etapas principales: la primera comienza con el tratamiento de la enfermedad y la segunda se inicia cuando el tratamiento termina y usted se encamina en la transición hacia “la vida después del cáncer”. Al diseñar planes de tratamiento para ambas etapas usted se ayudará a recibir atención médica coordinada e integral durante toda su vida como sobreviviente de cáncer. Los pasos que se detallan a continuación le darán una idea de lo que le debe pedir al equipo que lo atiende, pero tenga en cuenta que el uso de sistemas en los que se planifica el tratamiento que le van a dar, tanto antes como después del tratamiento del cáncer, es algo relativamente nuevo y no es algo que se practica comúnmente. De manera que conviene efectuar un enfoque colaborativo y flexible entre ambas partes (es decir, entre usted y el equipo que lo atiende).

Cómo planificar su tratamiento

Si está recién diagnosticado, le servirá de muchas maneras recibir un plan escrito de su tratamiento (**Plan para el cuidado del paciente con cáncer**). Por ejemplo, en el plan escrito verá de la manera más amplia la información que le permitirá hacer preguntas y hablar a fondo con el médico, inclusive sobre los posibles efectos colaterales que puede esperar del tratamiento y sobre cómo los va a manejar. Si tiene a su alcance más de una opción de tratamiento, el plan de cuidado escrito les puede ayudar, tanto a usted como al médico, a hablar de los pros y los contra de cada opción. El plan de cuidado escrito también le puede facilitar compartir detalles del tratamiento con

familiares y personas que le ayudan a cuidarse para que ellos también tengan una idea de qué esperar. La familia y los amigos pueden ayudarle a pensar en otras preguntas para hacerle al médico antes de que comience el tratamiento.

Los planes para el cuidado son clave para un buen manejo de la atención médica de la persona con cáncer. Mejoran la comunicación entre usted y el médico, y le permiten participar más activamente en las decisiones relacionadas con su atención. Su plan para el cuidado se puede usar para coordinar todos los aspectos de su atención médica, inclusive no sólo su tratamiento del cáncer y los efectos colaterales, sino también el tratamiento de sus necesidades sociales y emocionales.

Cómo planificar el futuro de su salud

Su necesidad de que lo atiendan no termina el último día de su tratamiento. El diagnóstico de cáncer cambia sus necesidades de atención médica para el resto de su vida. Como sobreviviente de cáncer podrá enfrentar retos en los años posteriores a su tratamiento, entre otros:

- Metástasis, o sea, la reaparición del cáncer original
- Segundo cáncer: formación de un tumor totalmente diferente
- Daños a los órganos: los efectos que el tratamiento puede tener en el corazón, los pulmones, los ovarios, los testículos, la médula ósea y otros órganos
- Dificultades emocionales y sociales: entre las más comunes se incluyen el estrés y la depresión, la discriminación en el entorno laboral, los problemas de fertilidad y el acceso a seguros médicos adecuados

Si bien se están efectuando investigaciones en el ramo de la supervivencia al cáncer, es poco lo que actualmente se sabe acerca de cómo diagnosticar, prevenir y hacer prediagnósticos selectivos de los efectos posteriores del cáncer y de su tratamiento. O sea, que es de importancia que usted sea un gran defensor y promotor de su salud y del cuidado de la misma.

Al completar el tratamiento, usted debe pedir una consulta formal con el médico para pedirle un **Resumen del tratamiento del cáncer** (una recopilación completa y detallada de su diagnóstico y tratamiento) y también un **Plan para el cuidado del sobreviviente** (un plan

para la atención de seguimiento de por vida que entra a regir después de completado su tratamiento primario de cáncer).

Estas son prácticas relativamente nuevas entre los oncólogos. La Sociedad Norteamericana de Oncología Clínica (en inglés, *American Society of Clinical Oncology*) ha creado una serie de modelos que los médicos pueden usar. (Ver Recursos). Si el médico que lo atiende no está usando uno de los modelos de dicha sociedad o de alguna otra fuente, pídale que su “Resumen del tratamiento del cáncer” y su “Plan para el cuidado del sobreviviente” incluyan:

- Su diagnóstico de cáncer, características del tumor, pruebas de diagnóstico realizadas, tratamientos recibidos (incluidas cirugías, quimioterapias, radioterapias, nombres de medicamentos y dosis administradas) y servicios de apoyo (incluidos servicios psicológicos y nutricionales)
- Fechas de todos los diagnósticos y tratamientos
- Posibles efectos retrasados o de largo plazo de los tratamientos que recibió
- Información específica sobre las fechas y el contenido del seguimiento (p. ej., pruebas preliminares de recidivas y tumores secundarios, consultas de seguimiento con el oncólogo, etc.)
- Recomendaciones sobre prácticas preventivas y sobre cómo mantener la salud y el bienestar (p. ej., nutrición, ejercicio y apoyo emocional)
- Información de contacto completa para los integrantes del equipo que lo atiende
- Un punto de contacto único para coordinar su atención posterior

Durante la consulta, pídale al médico o a la enfermera que le expliquen en detalle el “Resumen del tratamiento del cáncer” y el “Plan para el cuidado del sobreviviente”. Es importante que usted entienda bien estos documentos. Debe guardarlos en un lugar

seguro donde guarda sus otros documentos personales importantes. Asegúrese de darles copias a los proveedores de servicios de salud que lo examinen en los meses y años venideros.

Recursos

COALICIÓN NACIONAL PARA LA SUPERVIVENCIA AL CÁNCER

(National Coalition of Cancer Survivorship)

“Cómo planear el cuidado del sobreviviente”
www.canceradvocacy.org/care-plans.html
[sólo en inglés]

“Su vida después del tratamiento del cáncer”
www.canceradvocacy.org/resources/publications/brochures/life-after-treatment.pdf [sólo en inglés]

INSTITUTO DE MEDICINA

“Cómo planear el cuidado del sobreviviente,”
Datos importantes, Noviembre de 2005 <http://iom.edu/CMS/28312/4931/30869.aspx.under>

“De paciente de cáncer a sobreviviente de cáncer: lo que se pierde en la transición”,
Instituto de Medicina, Noviembre de 2005.
<http://iom.edu/CMS/28312/4931/30869.aspx.under> [sólo en inglés]

SOCIEDAD NORTEAMERICANA DE ONCOLOGÍA CLÍNICA

American Society of Clinical Oncology

“Resúmenes del tratamiento del cáncer”
www.plwc.org/portal/site/PLWC/menuitem.034b98abc65a8f566343cc10ee37a01d/?vgnextoid=112abfbefabe5110VgnVCM100000ed730ad1RCRD [sólo en inglés]

“El rincón del experto: Planes y resúmenes de tratamiento de cáncer (ASCO)”
www.plwc.org/portal/site/PLWC/tem.169f5d85214941ccfd748f68ee37a01d/?vgnextoid=4f97b6812e1e5110VgnVCM100000ed730ad1RCRD&vgnnextchannel=9b7903e8448d9010VgnVCM100000of2730ad1RCRD
[sólo en inglés]

THE TRUTH ABOUT CANCER ES UNA PRODUCCIÓN DE CAROUSEL FILMS LLC PARA WGBH BOSTON



LOS FONDOS PARA THE TRUTH ABOUT CANCER FUERON DONADOS POR LA JOHN WAYNE CANCER FOUNDATION Y SUSAN G. KOMEN FOR THE CURE



OTROS FONDOS DONADOS POR LA CORPORATION FOR PUBLIC BROADCASTING Y LOS TELEVIDENTES DE LA TV PÚBLICA



A private corporation funded by the American people

the truth about cancer ES LA TERCERA SECCIÓN DE LA CAMPAÑA DE PBS *take one step* PARA LA SALUD

