

Estudie las opciones de tratamiento que tiene a su alcance

Cuando le diagnostican cáncer, es esencial asegurarse de que el diagnóstico sea correcto. En muchos casos, su primer paso consistirá en obtener una segunda opinión sobre la patología del cáncer. Una vez confirmado el diagnóstico, las siguientes decisiones que tome serán de gran importancia porque indicarán el camino que usted escogerá para manejar la enfermedad.

Después del diagnóstico, lo más probable es que lo remitan a un médico que se especializa en el tratamiento de pacientes con cáncer. Comúnmente será un oncólogo o un hematólogo. Raras veces hay una sola opción de tratamiento. De hecho, en la mayoría de los casos de cáncer, el paciente cuenta con varias opciones, todas igual de eficaces. En algunos casos, la remisión a un centro oncológico o a un grupo de oncólogos que participan en ensayos de investigación clínica sobre el cáncer podría ser su mejor opción www.cancertrials-help.org/trialcheck/, de manera que una de las cosas que usted debe preguntar es si existe algún ensayo clínico que le podría convenir y que usted debiera considerar. Quizás se sienta abrumado por la cantidad de opciones que tiene a su alcance, pero es muy importante que participe de lleno y que sepa qué preguntas debe hacer. (En la sección *Cómo tomar decisiones* se detallan ejemplos de los tipos de preguntas que le deben hacer al médico).

Participe de lleno en las decisiones acerca de sus opciones de tratamiento

Incluso si se siente a gusto permitiéndole al médico tomar decisiones a nombre suyo, hay motivos muy claros para que usted tome la iniciativa de decidir acerca de su tratamiento médico.

Ante todo, al compartir con el médico las decisiones sobre su tratamiento, usted empieza a convertirse en el mejor portavoz de sus necesidades. Es más, al usted participar activamente en su atención médica, obtiene ventajas tanto físicas como emocionales. Los estudios de sobrevivientes de cáncer muestran que quienes participan activamente en la toma de decisiones sobre su tratamiento tienden a manejar mejor los efectos colaterales de su tratamiento, en comparación con aquellas personas que tienen poco o ningún conocimiento o que permanecen pasivas con respecto al cáncer.

Cómo tomar decisiones

Quizás le convenga pensar en el proceso de escoger un plan de tratamiento como si fuera una serie de pasos:

- Establezca cuánto tiempo tiene para tomar la decisión.
- Entérese de cuáles son sus opciones.
- Sopesese los pro y los contra de cada opción de tratamiento.
- Piense en su situación personal y en el impacto que cada opción seguramente tendrá en su vida.
- Decida cuál es el plan de acción que más le conviene.

Antes de comenzar a hablar sobre sus opciones, debe tener muy en claro un asunto importante: ¿cuánto tiempo tiene para decidir acerca de su plan de tratamiento? ¿Tiene tiempo para investigar las cosas más a fondo y para hablar de las posibilidades con otras personas o tiene que decidirse de inmediato? Las respuestas le van a imponer más o menos presión, pero el hecho importante es que tiene que saber de cuánto tiempo dispone para tomar la decisión.

El siguiente paso consistirá en hablar sobre las opciones de tratamiento que tiene a su alcance. Mientras el médico le va explicando cada una, usted puede ir planteando, entre otras, las siguientes preguntas:

- ¿Cómo les ha ido a otros pacientes con este tratamiento?
- ¿Cuáles son los pro y los contra de esta opción?

- ¿Qué efectos colaterales es posible que padezca durante este tratamiento?
- ¿Qué efectos a largo plazo podrían ocurrir después de que haya terminado el tratamiento?
- ¿Qué cambios puedo esperar en mi estilo de vida durante el tratamiento?
- ¿Tendré yo que darme algún cuidado especial durante el tratamiento? Y ¿qué tal las personas que me ayudan a cuidarme?
- Ahí en el centro de tratamiento, ¿ofrecen este tipo de atención comúnmente?
- ¿Mi seguro cubrirá los costos de este tratamiento? ¿Es probable que yo tenga que cubrir otros servicios adicionales que mi seguro no incluye?

Además de los tratamientos que el médico describa, quizás le convenga explorar otras dos opciones: la posibilidad de participar en un ensayo clínico del que haga parte el médico www.cancertrialshelp.org/trialcheck/ y en el que se compara un tratamiento nuevo con un tratamiento establecido, y si hay opciones complementarias de las que podría valerse durante su tratamiento primario. Estas podrían incluir opciones tales como masajes terapéuticos, cambios nutricionales, acupresión y otros.

Tenga en cuenta que siempre puede procurar una segunda opinión dada por otro médico. Hacer eso no implica una falta de respeto para con el primer médico: es tan sólo un deseo de explorar muy a fondo todas sus opciones.

Sopesar las ventajas y desventajas

Toda opción de tratamiento tiene sus aspectos positivos y negativos. Es indispensable sopesarlo todo al decidir qué opción escoger.

Entre las preguntas más importantes que se hacen las personas se destacan: “¿Cuáles son las posibilidades de recuperarme si opto por un tratamiento en lugar de otro?” O bien, “¿Cuánto más tiempo viviré si escojo un tratamiento por sobre otro?”

Algunos médicos contestan estas preguntas con estadísticas que le ayuden a entender cuán eficaz es el tratamiento recomendado. La información estadística (a la que algunos le dicen “datos” o “pruebas”, le pueden ayudar a clasificar sus opciones de tratamiento. Pero recuerde que las estadísticas tan sólo muestran lo que ha sucedido en términos generales entre grupos grandes de sobrevivientes de cáncer. Recabe la información que considera necesaria, entienda el marco de tiempo con que cuenta para tomar su decisión, y deje que las ventajas y desventajas (y también los mejores datos disponibles y sus circunstancias personales) le orienten.

Recursos

COALICIÓN NACIONAL PARA LA SUPERVIVENCIA AL
CÁNCER (*National Coalition of Cancer Survivorship*)

“Herramientas para la Supervivencia al Cáncer”
www.canceradvocacy.org/toolbox

Acuda a la siguiente sección: *Toma de decisiones*

“Los primeros pasos” [sólo en inglés]
www.canceradvocacy.org/resources/treatment-issues/first-steps.html

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

