



Después de un diagnóstico de cáncer de seno

Si le han dicho que tiene cáncer de seno, probablemente ya le hicieron un mamograma, otros escaneos y una biopsia (prueba en la que se extrae tejido para analizar si tiene cáncer). Posiblemente le hicieron otras pruebas en las células cancerosas para detectar la presencia de ciertas proteínas y cambios genéticos y más escaneos u otros procedimientos para saber si el cáncer se ha propagado. Estas pruebas ayudan a su médico a saber qué tipo de cáncer de seno tiene, la etapa en la que se encuentra y el tratamiento que pudiera ayudar.

Hay muchas maneras de tratar el cáncer de seno, como cirugía, radiación y medicamentos como quimioterapia, terapia hormonal, farmacoterapia dirigida o inmunoterapia. Muchas veces se requiere más de un tipo de tratamiento. El tratamiento principalmente depende del tipo y de la etapa del cáncer de seno. Las opciones de tratamiento también dependen de los resultados de las pruebas de las células cancerosas, los problemas de salud que usted pudiera tener, si ya pasó por la menopausia y de sus preferencias personales.

Es importante que sepa que algunos tratamientos pueden causar cambios en los períodos menstruales y le pueden dificultar que quede embarazada. Al hablar sobre esto al principio, antes de que comience su tratamiento, su médico puede ayudarle a decidir los mejores tratamientos para usted y lo que se puede hacer para proteger su capacidad de tener hijos.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Qué tipo de cáncer del seno padezco?
- ¿En qué etapa se encuentra mi cáncer de seno y qué significa esto?
- ¿Qué otra información sobre mi cáncer de seno obtuve de los resultados de las pruebas?

- ¿Necesitaré más pruebas?
- ¿Qué tratamientos considera que son los mejores para mi cáncer de seno?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios posibles del tratamiento?
- ¿Afectará el tratamiento mi capacidad para tener hijos? ¿Hay algo que pueda ayudarme con este problema?

Lo que debe esperar durante el tratamiento

Su equipo de atención médica contra el cáncer le explicará el plan de tratamiento. Este equipo podría incluir a diferentes médicos, enfermeras y otros profesionales de la salud, dependiendo del tipo de tratamiento que usted necesite. Por ejemplo, si necesita un procedimiento para ayudar a proteger su fertilidad, ciertos especialistas pueden ayudarle a entender lo que debe esperar. O si necesita cirugía, su cirujano le dirá lo que debe esperar antes y después de la operación. Si necesita otros tipos de tratamiento, su médico o su equipo de atención médica contra el cáncer le explicarán cómo se administran, le ayudarán a prepararse, harán el seguimiento de su estado de salud y le ayudarán con cualquier efecto secundario. También podrían hacerle análisis de sangre, rayos X, o escaneos

en ciertos momentos para determinar la eficacia de su tratamiento.

No todas las personas que reciben tratamiento contra el cáncer de seno presentan los mismos efectos secundarios. Por ejemplo, los efectos secundarios de la cirugía son diferentes de los efectos secundarios de la quimioterapia, la terapia hormonal, la farmacoterapia dirigida, la inmunoterapia o los tratamientos de radiación. Y las personas que reciben el mismo tratamiento podrían tener diferentes efectos secundarios. También es importante que sepa si necesita usar anticonceptivos durante el tratamiento.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Cuáles son mis opciones de tratamiento? ¿Qué considera usted que es lo mejor para mí y por qué?
- ¿Cuál es la meta del tratamiento?
- ¿Qué efectos secundarios puedo tener y qué puedo hacer al respecto?
- ¿Cómo sé si el tratamiento está surtiendo efecto?
- ¿Con qué frecuencia recibiré tratamiento y cuánto durará?
- ¿Adónde iré al tratamiento? ¿Puedo conducir un auto?
- ¿Podré seguir haciendo mis actividades habituales como trabajo, ejercicio y relaciones sexuales?
- ¿Necesito usar anticonceptivos durante el tratamiento?

Lo que debe esperar después del tratamiento

Después del tratamiento, su equipo de atención médica contra el cáncer le ayudará a atender cualquier efecto secundario que pudiera tener. También le harán pruebas periódicamente para saber si su cáncer ha regresado o revisar si ha comenzado un nuevo cáncer en una parte diferente de su cuerpo.

En el caso de algunas personas, es posible que el cáncer no desaparezca completamente. Estas personas podrían continuar recibiendo tratamiento, y aún requerirán pruebas para saber su eficacia.

Asegúrese de decirle a su médico o a un miembro de su equipo de atención médica contra el cáncer si presenta efectos secundarios que no desaparecen después del tratamiento o si tiene síntomas nuevos.

Es posible que además tenga problemas para superar los cambios de su cuerpo después del tratamiento. Por ejemplo, es posible que haya perdido todo o parte de un seno después de la cirugía o que tenga cambios en la piel debido a la radiación. Si esto es algo que le preocupa, hable con su equipo de atención médica contra el cáncer sobre las opciones disponibles que le ayuden a resistir.

También podría tener cambios menstruales, no poder quedar embarazada o tener cicatrices de la cirugía. Pregunte a su equipo de atención médica contra el cáncer cuándo podría tratar de quedar embarazada. Si le hicieron un procedimiento para ayudar a conservar la fertilidad, hable con su equipo de atención del cáncer sobre la necesidad de usar anticonceptivos y recibir ayuda sobre planificación familiar.

Es importante que sepa que la terapia de sustitución hormonal para ayudar a aliviar los síntomas de la menopausia con frecuencia no es segura para las mujeres que han tenido cáncer de seno. Si le molestan los síntomas de la menopausia, hable con su médico sobre maneras de aliviarlos.

Aunque su tratamiento haya terminado y se sienta bien, es importante que le pregunte a su equipo de atención médica contra el cáncer sobre un plan periódico de pruebas de seguimiento para ver si su cáncer de seno regresa.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Con qué frecuencia necesito ver a mi equipo de atención médica contra el cáncer?
- ¿Necesitaré que me hagan pruebas para saber si el cáncer ha regresado o si mi tratamiento está causando problemas?
- ¿Necesito que me hagan pruebas de detección, como una colonoscopia, para detectar otros tipos de cáncer frecuentes en sus primeras etapas?

- ¿Necesito un plan de seguimiento después del tratamiento?
- ¿Necesito usar anticonceptivos después del tratamiento?
- Después de terminar mi tratamiento, ¿cómo y cuándo sabré si aún puedo quedar embarazada?
- ¿Hay algún efecto secundario o a largo plazo del tratamiento al que debo estar alerta?
- ¿Cuándo y cómo debo comunicarme con mi equipo de atención médica contra el cáncer?
- ¿Dónde puedo encontrar mis expedientes médicos después del tratamiento?

Manténgase saludable

Hay medidas que puede tomar para mantenerse saludable durante y después del tratamiento del cáncer de seno. Comer bien, actividad física habitual, alcanzar y mantener un peso saludable, no fumar y evitar el alcohol pueden ayudarle. Algunas de estas cosas también podrían reducir su riesgo de presentar un cáncer de seno nuevo u otros tipos de cáncer.

Recuerde que le hagan exámenes de detección de otros tipos de cáncer y que le sigan evaluando respecto a otros problemas de salud. Hable con su médico sobre el plan de exámenes de detección y pruebas que sea adecuado para usted.

Cómo afrontar sus sentimientos

Tener cáncer de seno podría despertar sentimientos de temor, tristeza o nerviosismo. Es posible que además tenga problemas para superar los cambios en su fertilidad y de su cuerpo después del tratamiento. Por ejemplo, es posible que haya perdido el cabello después de la quimioterapia, o una parte o todo un seno después de la cirugía. Es normal tener estos sentimientos y hay maneras de ayudarle a que se enfrente a ellos.

- No se aíse al afrontar sus sentimientos. Hable sobre ellos, independientemente de cuáles sean.
- Es normal sentir tristeza o depresión de vez en cuando, pero si estos sentimientos le duran más de algunos días, hable con su equipo de atención médica contra el cáncer.
- Haga las cosas que disfruta, como ir al cine, salir a comer, pasar tiempo al aire libre, asistir a un evento deportivo, si su médico lo aprueba.
- Busque ayuda con tareas tales como cocinar o limpiar.

Le recomendamos que se acerque a sus amigos, familiares, o a líderes o grupos religiosos. A algunas personas les resulta útil hablar con otros que han tenido la misma experiencia. Un grupo de apoyo puede ofrecerle esto. Otras personas podrían recibir ayuda a través de asesoramiento. Dígale a su equipo de atención médica contra el cáncer cómo se siente. Ellos pueden ayudarle a encontrar el apoyo adecuado.

Si desea información sobre el cáncer, ayuda cotidiana y apoyo, llame a la Sociedad Americana Contra El Cáncer al **1-800-227-2345** o visítenos en línea en **<https://www.cancer.org/es/cancer/cancer-de-seno>**.
Estamos aquí cuando usted nos necesite.



[cancer.org/es](https://www.cancer.org/es) | 1.800.227.2345

SPANISH
©2022, Sociedad Americana Contra El Cáncer, Inc.
No. 080814-Rev. 8/22

