



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

---

## Después del tratamiento

### La vida como un sobreviviente de cáncer

Para muchas personas, haber terminado el tratamiento contra el cáncer a menudo hace que surjan ciertas preguntas sobre los siguientes pasos que se deben tomar como sobreviviente.

- [Vida después del tratamiento de cáncer de esófago](#)

---

## Vida después del tratamiento de cáncer de esófago

Para algunas personas con cáncer de esófago, el tratamiento puede que elimine o destruya el cáncer. Completar el tratamiento puede causarle tanto tensión como entusiasmo. Tal vez sienta alivio de haber completado el tratamiento, aunque aún le resulte difícil no preocuparse de la reaparición del cáncer. Esta es una preocupación muy común si usted ha tenido cáncer.

Para otras personas, puede que el cáncer de esófago nunca desaparezca por completo. Es posible que algunas personas reciban tratamientos regularmente con quimioterapia, radioterapia, u otros tratamientos para tratar y ayudar a mantener el cáncer bajo control. Aprender a vivir con un cáncer que no desaparece puede ser difícil y muy estresante.

## Cuidados posteriores (consultas de seguimiento)

Si completó el tratamiento, sus médicos aún querrán estar muy atentos a usted. Es muy importante que acuda a todas sus citas de seguimiento. Durante estas visitas, los médicos le preguntarán si presenta cualquier problema y le harán exámenes y análisis de laboratorios o estudios por imágenes para determinar si hay signos de cáncer o para tratar efectos secundarios.

Casi todos los tratamientos contra el cáncer pueden causar efectos secundarios. Algunos de ellos pueden durar unos pocos días o semanas, pero otros pueden durar mucho tiempo. Es posible que incluso algunos efectos secundarios no se presenten sino hasta años después de haber terminado el tratamiento. Las visitas al consultorio médico son una buena oportunidad para que haga preguntas e informe a su médico sobre cualquier cambio o problema que note.

Es muy importante informar al médico de inmediato cualquier síntoma nuevo, especialmente si incluyen problemas para tragar o dolor en el pecho, ya que esto podría deberse a que el cáncer reaparece o a efectos secundarios tardíos del tratamiento. El tratamiento temprano de estos problemas puede aliviar muchos síntomas y mejorar su calidad de vida. Los nuevos síntomas o problemas también podrían ser causados por una nueva enfermedad o un segundo cáncer.

### Consultas médicas

En cierta medida, la frecuencia de las visitas de seguimiento y las pruebas dependerá de la etapa de su cáncer, el tratamiento que recibió y de la probabilidad de que el cáncer regrese.

Muchos médicos recomiendan visitas de seguimiento con un examen físico (que puede incluir estudios por imágenes, análisis de sangre y endoscopia) cada 3 a 6 meses durante los primeros dos años después del tratamiento. Esto a menudo se cambia a visitas cada 6 a 12 meses durante los próximos 3 años, y luego una vez al año después de eso. Algunos médicos pueden recomendar distintos programas de seguimiento.

Los sobrevivientes del cáncer de esófago también deben seguir las [guías de la Sociedad Americana Contra El Cáncer sobre la detección temprana del cáncer](#)<sup>1</sup>, como las guías para el cáncer de seno, cuello uterino, pulmón y próstata.

### Pregunte a su médico acerca de un plan de atención para pacientes después del tratamiento

Consulte con su doctor sobre el desarrollo de un plan de atención para después del tratamiento que sea adecuado para usted. Este plan puede incluir:

- Sugerir un calendario para pruebas y estudios de seguimiento
- Un calendario para otras pruebas que necesite para identificar efectos a la salud a largo plazo debido a su cáncer o su tratamiento
- Una lista de posibles efectos secundarios tardíos o a largo plazo de su tratamiento, incluyendo a qué prestar atención y cuándo debe comunicarse con su médico
- Sugerencias de cosas que puede hacer que podrían mejorar su salud y posiblemente reducir sus probabilidades de que el cáncer regrese (como cambios en la alimentación y aumentar la actividad física)
- Recordatorios de sus citas con su médico de atención primaria, quien estará a cargo de atender su salud general

## **Ayuda para problemas comunes**

Los tratamientos de apoyo van dirigidos a ayudar a aliviar los síntomas del cáncer de esófago. En algunos casos, se emplean junto con otros tratamientos que se enfocan en curar el cáncer, aunque a menudo se usan en personas con cáncer avanzado para ayudar a mejorar la calidad de sus vidas.

### **Problemas de deglución (tragar alimento)**

El cáncer de esófago a menudo causa dificultad para tragar, lo que puede causar pérdida de peso y debilidad debido a nutrición deficiente. Un equipo de doctores y nutricionistas puede asistirle con suplementos nutricionales e información sobre sus necesidades nutricionales particulares durante y después del tratamiento.

Determinadas cirugías para tratar el cáncer de esófago también pueden afectar sus hábitos alimentarios y pueden dificultar el aumento de peso. El equipo de atención médica puede darle sugerencias sobre cómo comer comidas pequeñas y frecuentes, usar suplementos nutricionales y otros consejos para ayudarle a mantener su peso e ingesta nutricional. Para más información y consejos sobre nutrición durante y después del tratamiento del cáncer, consulte [Nutrición para las personas con cáncer<sup>2</sup>](#).

Algunas personas con cáncer de esófago tratadas con cirugía o radioterapia en el esófago pueden presentar complicaciones posteriores con una estenosis esofágica (estrechamiento del esófago). Esta complicación se puede aliviar con procedimientos para abrir esta área, como la colocación de una endoprótesis esofágica (stent) o, a veces, el uso de dilatación esofágica.

## Dolor

Existen muchas formas para controlar el dolor causado por el cáncer de esófago y su tratamiento. Si usted presenta dolor, infórmeselo de inmediato al equipo de profesionales de la salud que atiende su cáncer, para que ellos puedan proveerle el tratamiento contra el dolor más eficaz lo antes posible. Para más información, consulte [Dolor relacionado con el cáncer](#)<sup>3</sup>.

## Nutrición

Alimentarse bien puede ser difícil para cualquier persona, pero puede ser aún más difícil durante y después del tratamiento del cáncer. Esto resulta especialmente cierto para los cánceres de esófago. El cáncer o su tratamiento podría afectar la forma en que usted traga o causar otros problemas. Las náuseas pueden ser un problema a raíz de ciertos tratamientos. Tal vez no tenga apetito y pierda peso involuntariamente.

**Durante el tratamiento:** muchas personas pierden peso o presentan problemas con el sentido del gusto durante el tratamiento. Si esto le ocurre, haga lo mejor que pueda en relación con su alimentación. Coma lo que le apetezca. Coma lo que pueda, cuando pueda hacerlo. Ahora no es el momento de restringir su dieta. Puede que encuentre útil comer porciones más pequeñas entre cada 2 y 3 horas. Trate de recordar que estos problemas usualmente se alivian con el pasar del tiempo. Usted puede preguntar a los especialistas en cáncer que lo atienden sobre consultar los servicios de un dietista (un experto en nutrición) que le pueda dar ideas sobre cómo mantener un peso y una alimentación ideal durante el tratamiento. Algunos pacientes pueden beneficiarse de que se coloque una sonda de alimentación temporalmente mientras reciben tratamiento.

**Después del tratamiento:** si el estómago se utilizó para reemplazar todo o parte del esófago, es posible que el estómago no pueda contener alimentos para la digestión como lo hacía antes. Los alimentos ingeridos pasan rápidamente al intestino, lo que puede causar diarrea, sudoración y sofocos después de comer. A esto se le llama *síndrome de evacuación gástrica rápida*. Puede que esto implique que sea necesario cambiar su alimentación y la manera en que usted se alimenta. Por ejemplo, puede que usted necesite comer cantidades más pequeñas de alimentos con más frecuencia. Su equipo de profesionales que atienden su salud puede ayudarle a ajustar su dieta si presenta problemas para alimentarse.

Para más información sobre los tratamientos de apoyo, consulte [Terapia de apoyo para el cáncer de esófago](#)<sup>4</sup>.

## **Mantenga un seguro de salud y guarde copias de sus informes médicos**

Aun después del tratamiento, es muy importante mantener un seguro médico. Las pruebas y las consultas médicas son costosas y, aunque nadie quiere pensar en el regreso de su cáncer, esto podría ocurrir.

En algún momento después del tratamiento del cáncer, es posible que usted tenga que consultar con otro médico que desconozca sus antecedentes médicos. Es importante que guarde copias de sus informes médicos para que proporcione a su nuevo médico los detalles de su diagnóstico y tratamiento.

## **¿Puedo reducir el riesgo de que mi cáncer de esófago progrese o regrese?**

Si usted tiene (o ha tenido) cáncer de esófago, probablemente quiera saber si hay medidas que pueda tomar para reducir el riesgo de que el cáncer crezca o regrese, como: hacer ejercicio, comer cierto tipo de alimentos, o tomar suplementos nutricionales.

Actualmente, no se conoce lo suficiente sobre el cáncer de esófago como para indicar con seguridad si existen cosas que usted puede hacer que serían beneficiosas. Se sabe claramente que fumar y beber alcohol está relacionado con un mayor riesgo de cáncer de esófago. Aunque no está claro si fumar puede afectar el crecimiento del cáncer de esófago o la recurrencia, sigue siendo beneficioso dejar de fumar para disminuir el riesgo de padecer otro cáncer relacionado con este hábito. No fumar y evitar el alcohol también puede ayudar a mejorar el apetito y la salud en general y ayudarle a tolerar mejor la quimioterapia y la radiación. Si necesita [ayuda para dejar de fumar](#)<sup>5</sup>, hable con su médico o llame a la Sociedad Americana Contra El Cáncer al 1-800-227-2345.

Puede que ayude el adoptar comportamientos saludables, tales como una buena alimentación, ejercitarse de forma habitual y mantener un peso saludable, aunque nadie lo sabe con certeza. Sin embargo, nosotros sí sabemos que estos tipos de cambios pueden tener efectos positivos en su salud que pueden ser mayores que su riesgo de cáncer.

## **Suplementos alimenticios**

Hasta el momento, ningún suplemento alimenticio (incluyendo vitaminas, minerales y productos herbarios) ha demostrado claramente que ayude a reducir el riesgo de que el

cáncer de esófago progrese o regrese. Esto no significa que los suplementos no sean útiles, aunque es importante saber que ninguno ha demostrado que lo sea. En los Estados Unidos, los suplementos alimenticios no están regulados como los medicamentos, pues no tienen que demostrar que son eficaces (o incluso seguros) antes de ser vendidos, aunque hay límites para los vendedores en cuanto a lo que se les permite afirmar que pueden hacer. Si está considerando tomar cualquier tipo de suplemento nutricional, consulte con los miembros de su equipo de atención médica. Ellos pueden ayudarle a decidir cuáles puede utilizar en forma segura y evitar aquellos que puedan ser perjudiciales.

## Si el cáncer regresa

Si el cáncer regresa en algún momento, las opciones de tratamiento dependerán de la localización del cáncer, de qué tratamientos ha recibido anteriormente y de su estado de salud. La cirugía, la radioterapia, la quimioterapia, la terapia dirigida, la inmunoterapia, o alguna combinación de estos tratamientos pueden ser opciones. Otros tipos de tratamiento también se pueden usar para ayudar a aliviar los síntomas del cáncer. Para más información sobre cómo se trata el cáncer recurrente, consulte [Tratamiento del cáncer de esófago según la etapa<sup>6</sup>](#).

Para obtener más información general sobre recurrencia, usted también puede consultar [Recurrencia del cáncer<sup>7</sup>](#).

## Cómo obtener apoyo emocional

Es normal sentir depresión, ansiedad o preocupación cuando el cáncer de esófago es parte de su vida. Algunas personas se afectan más que otras. No obstante, todas las personas pueden beneficiarse de la ayuda y el apoyo de amigos y familiares, grupos religiosos, grupos de apoyo, consejeros profesionales, entre otros.

## Cánceres posteriores al tratamiento

Las personas que han padecido cáncer pueden verse afectadas por muchos problemas de salud, pero a menudo su mayor preocupación consiste en enfrentarse nuevamente al cáncer. Cuando un cáncer regresa después del tratamiento se dice que ha ocurrido una *recurrencia*. Sin embargo, algunas personas que han padecido cáncer pueden padecer un nuevo cáncer, no relacionado con el primero. A este se le denomina un *segundo cáncer*.

Lamentablemente, recibir tratamiento contra el cáncer no significa que no pueda padecer otro cáncer. Las personas que han tenido cáncer de esófago aún pueden

padecer los mismos tipos de cáncer que otras personas padecen. De hecho, podrían tener un mayor riesgo de padecer ciertos tipos de cáncer, incluyendo:

- [Cánceres de boca y de garganta](#)<sup>8</sup>
- [Cáncer de laringe](#)<sup>9</sup>
- [Cáncer de pulmón](#)<sup>10</sup>
- [Cáncer de tiroides](#)<sup>11</sup>
- Cáncer de intestino delgado

Los hombres que hayan recibido tratamiento para el cáncer de esófago también presentan un mayor riesgo de cáncer de estómago.

Para las personas que han padecido cáncer de esófago, la mayoría de los expertos no recomienda ninguna prueba adicional para descubrir otros cánceres, salvo que presenten síntomas. Las personas que han sido tratadas para el cáncer de esófago y no presentan signos de recurrencia, pero que fuman, pueden consultar a sus médicos acerca de si deben ser examinadas para detectar cáncer de pulmón.

### **¿Puedo reducir la probabilidad de padecer otro cáncer?**

Hay medidas que usted puede tomar para reducir su riesgo y mantenerse tan saludable como sea posible. Por ejemplo, los factores de riesgo más comunes para el cáncer del esófago son el tabaquismo y el consumo de alcohol, que también están relacionados con muchos de los segundos cánceres mencionados anteriormente. Evitar los productos de tabaco y limitar el consumo de alcohol puede ayudar a reducir el riesgo de padecer un segundo cáncer.

Para ayudar a mantener una buena salud, los sobrevivientes de cáncer de esófago también deben:

- Lograr y mantener un peso saludable
- Mantenerse físicamente activo y limitar el tiempo que pasa sentado o acostado
- Seguir un patrón de alimentación saludable que incluya muchas frutas, verduras y granos enteros (integrales), y que limite o evite las carnes rojas y procesadas, las bebidas azucaradas y los alimentos altamente procesados.
- Es mejor no beber alcohol. Si consume alcohol, no beba más de 1 trago al día si es mujer o no más de 2 tragos por día si es hombre.

Estas medidas también pueden reducir el riesgo de algunos otros problemas de salud.

## Hyperlinks

1. [www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/encontrar-cancer-tempranamente/guias-de-pruebas-de-deteccion-del-cancer/guias-de-la-sociedad-americana-contr-el-cancer-para-la-deteccion-temprana-del-cancer.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/encontrar-cancer-tempranamente/guias-de-pruebas-de-deteccion-del-cancer/guias-de-la-sociedad-americana-contr-el-cancer-para-la-deteccion-temprana-del-cancer.html)
2. [www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/supervivencia-durante-y-despues-del-tratamiento/bienestar-durante-el-tratamiento/nutricion/nutricion-durante-el-tratamiento.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/supervivencia-durante-y-despues-del-tratamiento/bienestar-durante-el-tratamiento/nutricion/nutricion-durante-el-tratamiento.html)
3. [www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/dolor.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/dolor.html)
4. [www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-esofago/tratamiento/terapia-paliativa.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-esofago/tratamiento/terapia-paliativa.html)
5. [www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/mantengase-alejado-del-tabaco.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/mantengase-alejado-del-tabaco.html)
6. [www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-esofago/tratamiento/por-etapa.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-esofago/tratamiento/por-etapa.html)
7. [www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/supervivencia-durante-y-despues-del-tratamiento/recurrencia-del-cancer.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/supervivencia-durante-y-despues-del-tratamiento/recurrencia-del-cancer.html)
8. [www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-orofaringe-y-de-cavidad-oral.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-orofaringe-y-de-cavidad-oral.html)
9. [www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-laringe-e-hipofaringe.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-laringe-e-hipofaringe.html)
10. [www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-pulmon.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-pulmon.html)
11. [www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-tiroides.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-tiroides.html)
12. [www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-esofago/referencias.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-esofago/referencias.html)

## Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer ([www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html](http://www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html))

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

## Referencias

Consulte todas las referencias para el cáncer de esófago aquí. ([www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-esofago/referencias.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-esofago/referencias.html))<sup>12</sup>



Última revisión médica completa: marzo 20, 2020 Actualización más reciente: junio 9,  
2020

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