



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

Después del tratamiento

La vida como un sobreviviente de cáncer

Para muchas personas, 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 diagnóstico de cáncer de origen primario desconocido](#)

Inquietudes sobre el cáncer tras el tratamiento

Puede que el tratamiento haya eliminado o combatido el cáncer, pero a menudo surge la inquietud sobre el regreso del cáncer. Asimismo, pueden surgir preguntas sobre qué hacer en caso de que el tratamiento deje de surtir efecto.

- [Cánceres posteriores al cáncer de origen primario desconocido](#)

Vida después del diagnóstico de cáncer de origen primario desconocido

Para algunas personas con cáncer de origen primario desconocido, el tratamiento puede que elimine o destruya el cáncer. El final del tratamiento puede causar tanto estrés como entusiasmo. Tal vez sienta alivio de haber completado el tratamiento, aunque resulte difícil no preocuparse sobre la reaparición del cáncer. Esta preocupación es muy común si usted ha tenido cáncer.

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

La vida después del cáncer de origen primario desconocido significa regresar a algunas actividades que usted solía realizar y tomar algunas nuevas decisiones.

Cuidados posteriores

Aun cuando haya completado el tratamiento, sus médicos querrán estar muy atentos a usted. Es muy importante que acuda a todas sus citas de seguimiento. Durante estas visitas, los médicos le formularán preguntas sobre cualquier problema que tenga y puede que le hagan exámenes y [análisis de laboratorios o estudios por imágenes](#)¹ para determinar si hay signos de cáncer o para tratar efectos secundarios. Casi todos los tratamientos contra el cáncer causan [efectos secundarios](#)². Algunos de ellos duran de unas pocas semanas a meses, pero otros pueden durar el resto de su vida. Este es el momento para que usted hable con su equipo de atención médica del cáncer sobre cualquier cambio o problema que note y sobre cualquier pregunta o inquietud que tenga.

La mayoría de los médicos recomienda atención de seguimiento, con un examen médico y revisión de síntomas cada 3 a 6 meses por los primeros años, luego de esto al menos cada año. También se pueden hacer pruebas de laboratorio. Por lo general, las exploraciones no son necesarias en cada visita, pero se pueden hacer si se presentan síntomas que causan sospechas o hallazgos físicos.

Si usted se ha sometido a una [cirugía](#)³, el equipo de atención contra el cáncer puede sugerir que acuda a un nutricionista, quien puede ayudarle en ajustarse a los cambios en sus hábitos alimentarios.

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 en el futuro, tales como [pruebas de](#)

[detección temprana](#)⁴ para otros tipos de cáncer, o pruebas 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
- Sugerecias para la alimentación y la actividad física
- Recordatorios de sus citas con su médico de atención primaria, quien vigilará su salud general

Nutrición

Alimentarse bien puede ser difícil para cualquier persona, y puede ser aún más difícil durante el tratamiento del cáncer. Si ha perdido o está perdiendo peso, o si presenta dificultad para comer, haga lo mejor que pueda en relación con su alimentación. Coma lo que le apetezca, lo que pueda, y cuando pueda hacerlo. Puede que encuentre útil comer porciones pequeñas cada 2 o 3 horas hasta que se sienta mejor. Ahora no es el momento de restringir su dieta. Trate de recordar que estos problemas usualmente se alivian con el pasar del tiempo. Puede que el equipo de atención contra el cáncer le recomiende un nutricionista, un experto en nutrición que le puede sugerir ideas sobre cómo combatir algunos de los efectos secundarios de su tratamiento.

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 un médico nuevo, quien 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. Para más información, lea [Guarde copias de los informes médicos importantes](#)⁵.

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

Si usted tiene (o ha tenido) cáncer de origen primario desconocido, 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. Lamentablemente, aún no está claro si existen medidas que usted pueda tomar que sean útiles. Sin embargo, nosotros sí sabemos que ciertos cambios pueden tener efectos positivos en su salud que pueden ser mayores que su riesgo de cáncer.

El consumo de tabaco ha sido claramente relacionado con algunos cánceres. Por lo tanto, no fumar puede ayudar a reducir su riesgo. No sabemos con certeza si esto ayudará, pero sí sabemos que puede ayudar a mejorar su apetito y su salud en general. También puede reducir la probabilidad de padecer otros tipos de cáncer. Si quiere dejar de fumar y necesita ayuda, llame a la Sociedad Americana Contra El Cáncer al 1-800-227-2345. También puede aprender más en [Cómo dejar de fumar](#)⁶.

Suplementos dietéticos

Hasta el momento, ningún suplemento dietético (incluyendo vitaminas, minerales y productos herbarios) ha demostrado claramente que ayude a reducir el riesgo de que el cáncer progrese o regrese. Esto no significa que ningún suplemento será útil, aunque es importante saber que ninguno ha demostrado que lo sea.

En los Estados Unidos, los suplementos dietéticos no están regulados como los medicamentos, pues no tienen que demostrar que son eficaces (o incluso seguros) antes de ser vendidos, aunque hay límites en lo que se les está permitido 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 con seguridad y evitar aquellos que puedan ser perjudiciales.

Si el cáncer regresa

Si el cáncer regresa (recurre) 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.

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

¿Podría padecer otro cáncer después del tratamiento?

Las personas que han padecido un cáncer de origen primario desconocido, aún pueden padecer otros tipos de cáncer. De hecho, los sobrevivientes de cáncer de origen

primario desconocido presentan un mayor riesgo de padecer otros tipos de cáncer. Para más información, consulte [Cánceres posteriores al cáncer de origen primario desconocido](#).

Cómo obtener apoyo emocional

Es normal que sienta cierto grado de depresión, ansiedad o preocupación cuando el cáncer 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 otras personas, ya sea amigos y familiares, grupos religiosos, grupos de apoyo, consejeros profesionales, entre otros.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/como-comprender-su-diagnostico/pruebas.html
2. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos.html
3. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-origen-primario-desconocido/tratamiento/cirugia.html
4. 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
5. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/supervivencia-durante-y-despues-del-tratamiento/bienestar-tras-el-tratamiento/guarde-copias-de-los-informes-medicos-importantes.html
6. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/mantengase-alejado-del-tabaco/guia-para-dejar-de-fumar.html
7. 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-origen-primario-desconocido/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)

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 origen primario desconocido aquí. (www.cancer.org/es/cancer/cancer-de-origen-primario-desconocido/referencias.html)⁸

Última revisión médica completa: marzo 9, 2018 Actualización más reciente: marzo 9, 2018

Cánceres posteriores al cáncer de origen primario desconocido

Las personas que han padecido cáncer pueden verse afectadas por una serie de problemas de salud, pero a menudo su mayor preocupación consiste en enfrentarse nuevamente al cáncer. Si un cáncer regresa después del tratamiento, a esto se le llama [recurrencia](#)¹. Sin embargo, algunas personas que han padecido cáncer pueden enfrentarse a un nuevo cáncer, no relacionado con el primero. A este se le denomina cáncer posterior. Independientemente del tipo de cáncer que haya tenido, aún es posible padecer otro (nuevo) cáncer, incluso después de recibir tratamiento y sobrevivir al primero.

De hecho, ciertos tipos de cáncer y sus tratamientos pueden estar relacionados con un mayor riesgo de padecer otros cánceres. Debido a que no se conoce dónde se inició un cáncer de origen primario desconocido, los sobrevivientes de este cáncer pueden padecer cualquier otro tipo de cáncer.

Cuidado de seguimiento después del tratamiento

Tras completar el tratamiento contra el cáncer, se deberá aún acudir al médico de forma periódica y puede que se hagan pruebas para determinar si hay signos que indiquen recurrencia o propagación del cáncer. Los expertos no recomiendan ninguna

prueba adicional para detectar otros cánceres en pacientes que no presentan síntomas. Informe a su médico acerca de cualquier nuevo problema o síntoma, ya que podría deberse a que el cáncer está regresando, a una nueva enfermedad o a otro cáncer.

Los sobrevivientes de cáncer de origen primario desconocido deben seguir las [guías de la Sociedad Americana Contra El Cáncer para la detección temprana del cáncer](#)² y [evitar los productos de tabaco](#)³. Fumar aumenta el riesgo de muchos cánceres.

Para ayudar a [mantener un buen estado de salud](#)⁴, los sobrevivientes de este tipo de cáncer deberán también:

- Lograr y mantener un peso saludable
- Mantenerse físicamente activos y limitar el tiempo estando sentados o acostados
- Seguir un patrón de [alimentación saludable](#)⁵ que incluya una variedad colorida de frutas y verduras, así como de granos integrales, y que a su vez limite o evite el consumo de carnes rojas y procesadas, al igual que de bebidas azucaradas y alimentos altamente procesados
- Lo mejor es no tomar bebidas con alcohol. En caso de hacerlo, se deberá no tomar más de una (1) bebida para las mujeres y dos (2) bebidas para los hombres, por día.

Estas medidas también pueden ayudar a reducir el riesgo de muchos otros problemas de salud. Para más información, consulte la [Guía de la Sociedad Americana Contra El Cáncer sobre nutrición y actividad física para la prevención del cáncer](#)⁶.

Refiérase al contenido sobre [segundos cánceres en adultos](#)⁷ para más información sobre las causas de un cáncer posterior.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/supervivencia-durante-y-despues-del-tratamiento/recurrencia-del-cancer.html
2. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/encontrar-cancer-tempranamente/guias-de-pruebas-de-deteccion-del-cancer/guias-de-la-sociedad-americana-contra-el-cancer-para-la-deteccion-temprana-del-cancer.html
3. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/mantengase-alejado-del-tabaco.html
4. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/comer-sanamente-y-ser-activos.html
5. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/comer-sanamente-y-ser-activos/alimentacion-sana.html

6. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/comer-sanamente-y-ser-activos/guias-sobre-nutricion-y-actividad-fisica-para-la-prevencion-del-cancer.html
7. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/segundo-cancer-en-adultos.html
8. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-origen-primario-desconocido/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)

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 origen primario desconocido aquí. (www.cancer.org/es/cancer/cancer-de-origen-primario-desconocido/referencias.html)⁸

Última revisión médica completa: marzo 9, 2018 Actualización más reciente: junio 9, 2020

cancer.org | 1.800.227.2345