



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 tratamiento de cáncer de próstata](#)
- [Cánceres posteriores al cáncer de próstata](#)

Vida después del tratamiento de cáncer de próstata

En la mayoría de los hombres con cáncer de próstata, el tratamiento puede eliminar o destruir el cáncer. Completar el tratamiento puede causarle tanto tensión como entusiasmo. Usted tal vez sienta alivio de haber completado el tratamiento, aunque aún resulte difícil no sentir preocupación sobre el crecimiento del cáncer o el regreso de la enfermedad. Esta preocupación es muy común si usted ha tenido cáncer.

En otros hombres, el cáncer puede regresar en otras partes del cuerpo o nunca desaparecer por completo. Estos hombres pueden recibir tratamiento hormonal u otras terapias para ayudar a mantener el cáncer bajo control por el mayor tiempo posible. Aprender a vivir con un cáncer que no desaparece puede ser difícil y muy estresante.

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 le harán exámenes y análisis de laboratorios o estudios por imágenes para determinar si hay signos de cáncer o para tratar efectos secundarios.

Algunos [efectos secundarios ocasionados por el tratamiento](#)¹ podrían durar mucho tiempo o puede que incluso no se presenten sino hasta años después de haber terminado el tratamiento. Las visitas al consultorio médico proveen una buena oportunidad para que haga preguntas e informe sobre cualquier cambio, problema o inquietud que tenga.

Es importante que todos los hombres que hayan padecido cáncer de próstata informen a sus médicos acerca de cualquier nuevo problema o síntoma, ya que puede deberse a que el cáncer esté regresando o a una nueva enfermedad o a un segundo cáncer.

Consultas médicas y pruebas

Por lo general, sus visitas al médico incluirán pruebas de sangre PSA, posiblemente con examen mediante tacto rectal, si no se extirpó la próstata. Es probable que estas pruebas comiencen algunos meses tras haber finalizado el tratamiento. La frecuencia de las consultas médicas de seguimiento y qué pruebas hacerse pueden depender hasta cierto punto de la [etapa](#)² de su cáncer y de las probabilidades de que regrese. La mayoría de los médicos recomiendan pruebas de PSA aproximadamente cada 6 meses por los primeros 5 años después del tratamiento, y por lo menos cada año después de esto. También se pueden hacer gammagrafías óseas u otros estudios por imágenes, dependiendo de su condición de salud y los síntomas que presente.

El cáncer de próstata puede reaparecer incluso muchos años después del tratamiento, por lo que es importante seguir periódicamente las visitas al médico e informar cualquier síntoma nuevo (como dolor en los huesos o problemas urinarios).

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:

- Un resumen del tratamiento que recibió
- 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 para otros tipos de cáncer](#)³, o pruebas para identificar efectos en 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 medidas que puede tomar que pueden mejorar su salud, incluyendo tal vez reducir sus probabilidades de que el cáncer regrese

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

Es muy importante mantener un [seguro médico](#)⁴, aún después del tratamiento. 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](#)⁵ para que proporcione a su nuevo médico los detalles de su diagnóstico y tratamiento.

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

Si usted tiene (o ha tenido) cáncer de próstata, probablemente quiera saber si hay medidas que pueda tomar para [reducir el riesgo de que el cáncer crezca o regrese](#)⁶, como: hacer ejercicio, comer cierto tipo de alimentos, o tomar suplementos nutricionales. Si bien hay algunas medidas que puede tomar que podrían ser útiles, se necesita más investigación para confirmar sus beneficios.

Realizar una actividad física de forma habitual

Cierta investigación ha sugerido que los hombres que se ejercitan regularmente después del tratamiento podrían ser menos propensos a morir de su cáncer de próstata que aquellos que no se ejercitan. No está claro cuánta actividad exactamente se pueda necesitar, aunque parece ser que mientras más activo esté, más beneficios se obtienen. Una actividad más vigorosa podría también ser más beneficiosa que una actividad menos vigorosa. Se necesita más investigación para darle seguimiento a estos hallazgos.

Lograr y mantener un peso saludable

Varios estudios han encontrado que los hombres que tienen sobrepeso u obesidad al momento del diagnóstico de cáncer de próstata tienden a tener un peor pronóstico. Sin embargo, aún no está claro si perder peso puede disminuir este riesgo. Se necesitan más investigaciones para clarificar este asunto.

Deje de fumar

Algunos estudios han sugerido que los hombres que fuman tienen una mayor probabilidad de que el cáncer de próstata regrese y están más propensos a morir a causa del cáncer en comparación con los que no fuman. Se necesita más investigación para determinar si [dejar de fumar](#)⁷ puede ayudar a reducir estos riesgos, aunque ya se sabe que dejar de fumar brinda muchos otros beneficios a la salud.

Nutrición y suplementos alimenticios

Algunos estudios han sugerido que una alimentación saludable que sea rica en verduras y baja en grasas de origen animal puede ser beneficiosa, pero se necesitan más investigaciones para cerciorarse. Sin embargo, sí sabemos que una alimentación saludable puede tener efectos positivos en su estado de salud general con beneficios mayores que su riesgo de padecer cáncer de próstata u otros tipos de cáncer.

Hasta el momento, ningún suplemento alimenticio ha demostrado claramente que ayude a reducir el riesgo de que el cáncer de próstata progrese o regrese. De hecho, varios estudios han sugerido que algunos suplementos, como el selenio, pueden incluso ser perjudiciales. Esto no significa que ningún suplemento será útil, aunque es importante saber que ninguno ha demostrado que lo sea.

Los suplementos alimenticios no están regulados como los medicamentos en los Estados Unidos, 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 su cáncer de próstata regresa en algún momento, sus opciones de tratamiento dependerán de la localización del cáncer, de los tipos de tratamientos que haya

recibido anteriormente y de su estado de salud. Consulte [Tratamiento del cáncer de próstata que no desaparece o que regresa después del tratamiento](#)⁸. Para obtener más información general sobre recurrencia, consulte [Recurrencia del cáncer](#)⁹.

Cánceres posteriores al tratamiento

Los hombres que han tenido cáncer de próstata aún pueden padecer otros tipos de cáncer. De hecho, los hombres que han padecido cáncer de próstata tienen un mayor riesgo de padecer otros tipos de cáncer. Consulte [Cánceres posteriores al cáncer de próstata](#) para obtener más información.

Cómo obtener apoyo emocional

Cuando el cáncer es parte de su vida es normal que sienta [depresión, ansiedad o preocupación](#)¹⁰. Algunos hombres se afectan más que otros. 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.

Sexualidad y sentirse bien con su cuerpo

El tratamiento del cáncer de próstata a menudo puede afectar la función sexual. Aprender a sentirse cómodo con su cuerpo durante y después del tratamiento del cáncer es una experiencia personal que es diferente para cada persona. La información y el apoyo que usted reciba pueden ayudarle a afrontar estos cambios con el pasar del tiempo. Para más información, consulte [El sexo y el hombre con cáncer](#)¹¹.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos.html
2. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-prostata/deteccion-diagnostico-clasificacion-por-etapas/clasificacion-por-etapas.html
3. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/encontrar-cancer-tempranamente/guias-de-pruebas-de-deteccion-del-cancer.html
4. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/como-buscar-y-pagar-por-el-tratamiento/compreesion-del-seguro-medico.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/tratamiento/supervivencia-durante-y-despues-del-tratamiento/recurrencia-del-cancer.html
7. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/mantengase-alejado-del-tabaco.html
8. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-prostata/tratamiento/recurrencia.html
9. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/supervivencia-durante-y-despues-del-tratamiento/recurrencia-del-cancer.html
10. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-emocionales/ansiedad-miedo-depresion.html
11. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/efectos-secundarios-sobre-la-fertilidad-y-la-sexualidad/sexualidad-para-el-hombre-con-cancer.html
12. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-prostata/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 próstata aquí. (www.cancer.org/es/cancer/cancer-de-prostata/referencias.html)¹²

Última revisión médica completa: agosto 1, 2019 Actualización más reciente: agosto 1, 2019

Cánceres posteriores al cáncer de

próstata

Los hombres que han padecido cáncer de próstata pueden verse afectados por varios problemas de salud, pero a menudo la mayor preocupación consiste en enfrentarse nuevamente al cáncer. Cuando un cáncer regresa después del tratamiento se dice que ha ocurrido una [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 un segundo cáncer.

Desafortunadamente, recibir tratamiento contra el cáncer de próstata no significa que no pueda padecer otro cáncer. Los hombres que han tenido cáncer de próstata aún pueden padecer los mismos tipos de cáncer que padecen otros hombres. De hecho, estas personas podrían presentar un mayor riesgo de ciertos tipos de cáncer.

Los hombres que han tenido cáncer de próstata pueden padecer cualquier otro tipo de cáncer, pero tienen un mayor riesgo de ciertos cánceres en particular, incluyendo:

- Cáncer de intestino delgado
- [Cáncer de tejidos blandos](#)²
- [Cáncer de vejiga](#)³
- [Cáncer de tiroides](#)⁴
- Cáncer de timo
- [Melanoma de la piel](#)⁵

Los hombres que reciben radioterapia también tienen un mayor riesgo de:

- [Cáncer de recto](#)⁶
- [Leucemia mieloide aguda \(AML\)](#)⁷

Este riesgo está probablemente relacionado con la dosis de radiación. Los nuevos métodos para administrar radioterapia pueden tener diferentes efectos sobre los riesgos de un segundo cáncer. Debido a que estos métodos son más recientes, los efectos a largo plazo no han sido bien estudiados.

Seguimiento después del tratamiento del cáncer de próstata

Tras haber completado el tratamiento contra el cáncer de próstata, aún se requiere acudir al médico de forma periódica. Informe a su médico acerca de cualquier nuevo problema o síntoma, ya que puede deberse a que el cáncer está regresando o a una

nueva enfermedad o un segundo cáncer.

Los hombres que han padecido cáncer de próstata deben también seguir las [guías para la detección temprana de otros cánceres, tales como el cáncer colorrectal y el cáncer de pulmón, redactadas por la Sociedad Americana Contra El Cáncer](#)⁸. La mayoría de los expertos no recomienda ninguna otra prueba para descubrir otros cánceres, salvo que presenten síntomas o que usted o su familia tenga un síndrome genético hereditario.

¿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 hombres que han tenido cáncer de próstata deben hacer lo posible para evitar los [productos del tabaco](#)⁹. Fumar puede aumentar el riesgo de cáncer de vejiga, además de aumentar el riesgo de muchos otros cánceres.

Para ayudar a [mantener un buen estado de salud](#)¹⁰, 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](#)¹¹ 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](#)¹².

Refiérase al contenido sobre [segundos cánceres en adultos](#)¹³ 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/cancer/sarcoma-de-tejidos-blandos.html
3. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-vejiga.html
4. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-tiroides.html
5. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel-tipo-melanoma.html
6. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-colon-o-recto.html
7. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/leucemia-mieloide-aguda.html
8. 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
9. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/causas-del-cancer/tabaco-y-cancer.html
10. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/comer-sanamente-y-ser-activos.html
11. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/comer-sanamente-y-ser-activos/alimentacion-sana.html
12. www.cancer.org/content/cancer/es/saludable/comer-sanamente-y-ser-activos/guias-sobre-nutricion-y-actividad-fisica-para-la-prevencion-del-cancer.html
13. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/segundo-cancer-en-adultos.html
14. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-prostata/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 próstata aquí. (www.cancer.org/es/cancer/cancer-de-prostata/referencias.html)¹⁴

Última revisión médica completa: agosto 1, 2019 Actualización más reciente: junio 9,

2020

cancer.org | 1.800.227.2345