



[cancer.org](http://cancer.org) | 1.800.227.2345

## Cómo hacer frente a la recurrencia del cáncer

Cuando el cáncer regresa puede ser devastador para usted y para la gente más cercana a usted. Los exámenes de diagnóstico médico son difíciles y todas las emociones que tenía cuando le diagnosticaron cáncer por primera vez pueden resurgir; y esta vez podrían ser incluso más fuertes. Ahora más que nunca podría sentirse más cauteloso, precavido y menos optimista. Tal vez esté decepcionado con su cuerpo y con su equipo de atención médica para el cáncer. Con la reaparición del cáncer surgen muchos problemas y preguntas. Aquí se detallan algunas de las preguntas más comunes.

### ¿Podría haber hecho algo para prevenir la recurrencia?

Muchas personas se culpan por faltar a una cita médica, por no comer bien o por postergar los análisis de sangre o las pruebas por imágenes. Sin embargo, incluso si usted hace todo bien, el cáncer puede regresar.

Incluso con nuestros conocimientos actuales de cómo el cáncer se desarrolla y crece, esto aún resulta un misterio en muchos sentidos.

### ¿Por qué a mí?

Para algunas personas, buscar una respuesta a “¿Por qué a mí?” puede causar noches de desvelo y una increíble búsqueda espiritual. Otros descubren que realmente no les importa por qué algo ocurrió; cómo sobrellevarlo es más importante.

La preocupación puede quitarle a la gente la energía que es necesaria para sobrellevar la enfermedad. Si encuentra que no puede salir de esta pregunta, hable con su equipo

de atención médica para el cáncer. Tal vez usted necesite una referencia a un profesional de salud mental que pueda ayudarle a resolver estos sentimientos.

## **Cómo tratar la recurrencia del cáncer**

Si el cáncer regresa, su médico hablará con usted sobre las opciones de tratamiento y qué tan eficaz puede ser cada una de ellas.

Asegúrese de entender la meta de cada tratamiento que está considerando. ¿Es para controlar el cáncer? ¿Es para curarlo? ¿Es para hacer que sienta más comodidad? También podría decidir obtener una segunda opinión o recibir tratamiento en un centro oncológico que tenga más experiencia en su tipo de cáncer.

A menudo también se ofrecen estudios clínicos para pacientes con recurrencia del cáncer. Si está pensando en un estudio clínico, usted querrá saber la meta del estudio clínico y las probabilidades que este tiene de ayudarle.

Recuerde: Es muy importante verificar su cobertura de seguro médico junto con las opciones de cuidados médicos que está considerando.

### **“Por qué no puedo recibir el mismo tratamiento para la recurrencia que recibí la primera vez?”**

Algunas personas terminan recibiendo el mismo tipo de tratamiento que recibieron para el primer episodio de cáncer. Por ejemplo, una mujer con cáncer de seno que regresa en el seno puede volver a someterse a cirugía para extirpar el tumor. También puede que reciba radioterapia, especialmente si no le fue administrada anteriormente. Después, ella y su médico pueden considerar la quimioterapia, la terapia hormonal, o ambas.

Las decisiones respecto al tratamiento se basan en:

- El tipo de cáncer
- Cuándo reaparece
- Dónde reaparece
- Cuánto se ha propagado
- Su estado general de salud
- Sus valores y deseos personales

Otra cosa en la que se debe pensar es que las células cancerosas pueden volverse

resistentes a la quimioterapia (quimio). Los tumores que regresan a menudo no responden al tratamiento así como lo hicieron los primeros tumores.

Otro motivo por el cual su médico puede usar un tratamiento diferente es debido al riesgo de sus efectos secundarios. Por ejemplo, determinados medicamentos de quimio pueden causar problemas cardíacos o daño al sistema nervioso en las manos y en los pies. Continuar administrándole ese mismo medicamento le haría correr el riesgo de que estos problemas empeoren o resulten en efectos secundarios a largo plazo.

Pregunte a su equipo de atención médica para el cáncer por qué se recomienda determinado tratamiento para su recurrencia en este momento. Converse acerca de sus opciones con su equipo, con los miembros de su grupo de apoyo y especialmente con los miembros de su familia.

**“Necesito cirugía para la recurrencia de mi cáncer, pero no podemos programarla hasta dentro de un mes y medio. ¡Quiero sacarme esta cosa! ¿Cuánto tiempo es demasiado para esperar; cuánto se propagará el cáncer mientras estoy esperando que el médico me ubique en su agenda?”**

Todavía se están llevando a cabo investigaciones sobre preguntas de este tipo; sin embargo, para la mayoría de los cánceres hay tiempo antes de que deba decidir sobre o comenzar el tratamiento para la recurrencia. Recuerde que las células cancerosas se multiplican hasta que crecen lo suficiente como para formar un tumor o algo que pueda ser detectado o visto en un análisis de sangre o en un estudio por imágenes. Esto lleva tiempo. Normalmente hay un tiempo para tomar una decisión meditada sobre la opción de tratamiento correcta para usted.

Podría tomarse tiempo para obtener una segunda opinión. Asimismo, asegúrese de conversar acerca de todas las opciones con su equipo de atención médica para el cáncer y con su familia. Usted necesita sentir que ha tomado la mejor decisión para usted. Hable con su médico si le preocupa tener que esperar para iniciar el tratamiento.

**“¿Cuáles son las probabilidades de que esta vez el tratamiento funcione?  
¿Cuáles son las probabilidades de que el cáncer regrese nuevamente después del tratamiento? Parece como si simplemente fuera a continuar indefinidamente y a continuar regresando...”**

Estas preguntas son muy difíciles de responder. No existe forma de responder con porcentajes exactos. Las respuestas dependen únicamente de su situación y de muchos factores diferentes como:

- El tipo de cáncer que usted tiene
- El tiempo entre el diagnóstico original y la recurrencia
- La agresividad del tipo de célula cancerosa
- Su edad
- Su estado general de salud
- Su régimen de tratamiento
- Qué tan bien tolera usted el tratamiento
- El tiempo que usted puede recibir tratamiento

Los científicos están estudiando pruebas genéticas que pueden predecir qué probabilidades hay de que cánceres como el cáncer de seno, colon y melanoma regresen. Existen fórmulas que pueden ayudar a calcular la probabilidad de recurrencia para unos pocos tipos de cáncer. Pero incluso con dichas predicciones, no se puede evitar la incertidumbre respecto de la recurrencia. Este es uno de los motivos por el cual es tan difícil sobrellevar la recurrencia. No existe garantía alguna a la que pueda aferrarse.

### **¿Cómo sé si necesito continuar recibiendo tratamiento?**

No hay una sola respuesta a esta pregunta. Esto depende del tipo de cáncer, cómo le está afectando, lo que su equipo de atención médica del cáncer le está indicando y lo que tanto usted como su familia están pensando y sintiendo en cuanto a la situación. Durante el tratamiento del cáncer (incluso si el tratamiento no está funcionando bien), usted está bajo el cuidado de un médico, el progreso del cáncer se está haciendo más lento y sus efectos secundarios y síntomas están siendo observados y tratados. Para algunas personas, recibir tratamiento del cáncer les ayuda a sentirse mejor y más fuertes, porque están haciendo algo para combatir la enfermedad. Para otras personas, estar en tratamiento les produce lo contrario; podría hacer que sientan más cansancio o menos libertad. Solo usted puede decidir cómo quiere vivir su vida. Desde luego, usted también querrá oír cómo se siente su familia respecto a esto. Sus sentimientos son importantes dado que están pasando por el cáncer junto con usted. Sin embargo, tenga en cuenta que la decisión final depende de usted.

Ya sea que quiera o no recibir tratamiento para el cáncer, usted siempre debe recibir cuidados de apoyo o paliativos. Estos cuidados tratan cualquier síntoma, pero no se espera que curen el cáncer ni que prolonguen la vida. Es un tipo de cuidado que se enfoca en hacer que su vida sea la mejor posible, incluso cuando no hay buenas probabilidades de curar el cáncer.

El tratamiento se administra aunque no se espere que haya una cura. Para muchos

pacientes, el cáncer se puede controlar de esta forma durante años. El tratamiento se puede usar para reducir el cáncer, ayudar a aliviar los síntomas y ayudarle a vivir más tiempo. Aunque esto pueda resultar difícil, muchas familias se adaptan a este tipo de plan de tratamiento.

## **Cuando el cáncer regresa, ¿cómo le enfrentan emocionalmente las personas?**

No todos tienen las mismas emociones y pensamientos cuando el cáncer regresa. Aquí no se comparten las respuestas de todos; sin embargo, muchos tienen inquietudes y preguntas como estas.

### **Echando culpas**

“¡Estoy tan enojada y molesta! ¡El cáncer se había ido! Se supone que estos son mis años dorados de jubilación. Ahora estoy enfrentando más tratamientos. Todo esto es culpa de mi médico”.

Es entendible que sienta enojo cuando espera que algo ocurra y ocurre lo contrario. Lo último que alguien espera es tener que pasar por más tratamiento para un cáncer que creyó que se había ido. Es normal querer culpar a alguien. Una opción natural es su médico. Después de todo, esa es la persona que le trató por primera vez y dijo que al parecer usted no tenía más cáncer.

Puede que usted piense que su médico no hizo algo bien durante su primer tratamiento. Puede que usted piense que su médico no le hizo un seguimiento cuidadoso. O tal vez usted sienta que no le escucharon tan atentamente como debieron haberle escuchado. Cualesquiera que sean sus sentimientos, debe abordarlos ahora. Hay algunas cosas que puede hacer para ayudar a resolver algunos problemas que tiene en este momento. Podría intentar conversar sobre sus preocupaciones con su médico. Vea si puede aclarar cualquier mal presentimiento que tenga sobre cómo se manejó su tratamiento.

Es muy poco probable que algún médico intencionadamente no le hubiera tratado lo mejor posible la primera vez. Pensar en eso simplemente no tiene sentido. Sus médicos quieren que le vaya bien; esto es lo que también hace que los médicos tengan éxito. Sin embargo, si usted cree que no es posible trabajar con su médico actual, quizás sea sensato encontrar a otro médico. Podría encontrar que un nuevo comienzo con un nuevo equipo de atención médica para el cáncer le ayude a mejorar su actitud y a sentirse mejor sobre su situación actual.

## **Enojo**

Es completamente normal sentirse enojado y molesto por una recurrencia del cáncer y puede que necesite apoyo y alguien con quien hablar acerca de esos sentimientos. Existen diferentes fuentes para este tipo de apoyo. Para algunas personas, su comunidad de apoyo es su lugar de culto. Para otras, un grupo formal de apoyo o un grupo de apoyo en línea puede ser de ayuda. Otros sobrevivientes de cáncer que han enfrentado una recurrencia de la enfermedad pueden entender y ofrecer apoyo como nadie más lo puede hacer. Aun así, algunas personas prefieren la privacidad de la consejería individual. Pida a sus amigos, familiares o a un médico de confianza que le brinden una referencia. Solo asegúrese de encontrar una vía de expresión para sus sentimientos. Usted merece que le escuchen.

## **Depresión y ansiedad**

Es común que las personas que están enfrentando una recurrencia del cáncer presenten cierto grado de depresión y ansiedad. Sin embargo, cuando una persona está emocionalmente alterada por un largo periodo de tiempo o está teniendo problemas con sus actividades cotidianas, puede presentar depresión o ansiedad severa que necesita atención médica. Estos problemas pueden causar una gran angustia y hacer que le resulte más difícil seguir un plan de tratamiento.

Incluso si usted está clínicamente deprimido o ansioso, tiene algunas cosas a su favor.

- La depresión puede ser tratada y el tratamiento generalmente funciona bien.
- Mejorar sus síntomas físicos y tomar medidas pueden ayudar a que su estado de ánimo mejore.
- Usted ya se ha enfrentado al cáncer una vez y aprendió mucho a lo largo del camino. Pruebe hacer las cosas que le ayudaron en ese momento. Esas mismas relaciones y habilidades para sobrellevar la situación pueden ayudarle ahora.

Los familiares y amigos deben estar atentos a los síntomas de la angustia. Si ellos notan síntomas de depresión o ansiedad, deben animar a la persona para que busque ayuda de un profesional de atención médica. La ansiedad y la depresión clínica pueden ser tratadas de muchas maneras, incluyendo medicamentos, psicoterapia, o ambos. Estos tratamientos pueden ayudar a que una persona se sienta mejor y mejore su calidad de vida.

## **Temor a la muerte**

“Tengo solo 35 años de edad. ¿Cómo se supone que enfrente la recurrencia del cáncer? Soy demasiado joven para morir”.

Enfrentar el cáncer es duro a cualquier edad, pero es especialmente difícil de enfrentar cuando usted es joven y cree que tiene una vida entera y larga por delante. La recurrencia del cáncer puede parecer incluso más injusta entonces. Lo que es peor, es que a menudo es más agresiva en sobrevivientes jóvenes del cáncer; puede crecer y propagarse más rápido. Esta agresividad significa que podría regresar más temprano y ser más difícil de tratar.

La muerte es una perspectiva dolorosa, una que requiere un procesamiento meditado e incluso preparación. Primero de todo, una charla con su equipo de atención médica para el cáncer puede darle cierta idea de lo realistas que son sus temores y preocupaciones. Usted necesita recibir un apoyo que funcione para usted a fin de que pueda hablar sobre y expresar sus sentimientos sobre la recurrencia de la enfermedad. También puede aprender más sobre usted mismo y explorar el significado de su vida. A menudo nuestras vidas tienen un propósito y significado que no podemos ver con claridad. Puede ser muy útil descubrir ese propósito y disfrutar de ello cuando parece no haber esperanza.

### **Falta de esperanza**

Hay diferentes maneras de ver y de hablar acerca del cáncer que ha regresado. ¿Existe la posibilidad de que usted pueda no sobrevivir a su recurrencia del cáncer? Sí. ¿Significa esto que no hay esperanza? No. Cuando el cáncer regresa, puede que descubra que sus expectativas son muy diferentes a las que tenía cuando le diagnosticaron cáncer por primera vez.

No se puede negar que la situación es más grave si el cáncer ha regresado, pero para muchas personas esto simplemente significa que el tratamiento será diferente y quizás más agresivo que al principio. Es importante que usted hable con su equipo de atención médica para el cáncer. Ellos pueden darle una idea clara de lo que usted puede esperar que suceda. Puede que sea que su cáncer no tenga probabilidades de cura; no obstante, hay cosas que se pueden hacer para evitar que siga creciendo. Usted y su familia tienen que tener claridad sobre la meta del tratamiento.

### **¿Cómo puedo obtener más información?**

Tenemos mucha información que podría resultarle útil. Consulte [www.cancer.org](http://www.cancer.org)<sup>1</sup> o llame a nuestro número gratuito del Centro Nacional de Información sobre el Cáncer, al 1-800-227-2345. Estamos a su disposición para ayudarle a cualquier hora del día o de

la noche.

## Hyperlinks

1. <http://www.cancer.org/>
2. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

## 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.

Last Medical Review: February 12, 2016 Last Revised: February 12, 2016

La información médica de la La Sociedad Americana Contra El Cáncer está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor escriba a [permissionrequest@cancer.org](mailto:permissionrequest@cancer.org) (<mailto:permissionrequest@cancer.org>)<sup>2</sup>.

**cancer.org | 1.800.227.2345**