



Después de un diagnóstico de leucemia



La leucemia es un cáncer de las células sanguíneas que se origina en la médula ósea (un tejido esponjoso que se encuentra en el centro de la mayoría de los huesos). La médula ósea es donde se producen nuevas células sanguíneas. Si le han dicho que tiene leucemia, es probable que ya le hayan realizado análisis de sangre y una biopsia de médula ósea (una prueba en la que se toma una muestra de tejido para examinar en busca de cáncer). Es posible que se hayan realizado otras pruebas en las células cancerosas para detectar determinadas proteínas y cambios genéticos llamados biomarcadores. También es posible que le realicen otros procedimientos. Estas pruebas ayudan a su médico a saber qué tipo de leucemia tiene y cuál es el mejor tratamiento para usted.

Tipos de leucemia

La leucemia se conoce como un cáncer líquido. Por lo general no forma un tumor sólido como la mayoría de los cánceres.

Existen muchos tipos de leucemia. Puede ser de crecimiento rápido (**aguda**) o de crecimiento más lento (**crónica**). Se origina en las células sanguíneas **mieloides** o en las células sanguíneas **linfocíticas**.

Los tipos más comunes de leucemia son:

- Leucemia linfocítica aguda (ALL)
- Leucemia mieloide aguda (AML)
- Leucemia linfocítica crónica (CLL)
- Leucemia mieloide crónica (CML)
- Leucemia mielomonocítica crónica (CMML)

Los adultos pueden padecer leucemia aguda o crónica tanto del tipo mieloide como linfocítico. Los niños y los adolescentes padecen con mayor frecuencia leucemia aguda de cualquiera de los dos tipos. Algunas leucemias tienen subtipos y etapas. Esto les indica a los médicos qué tan avanzada está la enfermedad y qué tratamiento podría funcionar mejor. Su médico puede brindarle más información sobre su leucemia.

Tratamiento para la leucemia

Existen muchas maneras de tratar la leucemia. Su tratamiento dependerá del tipo, subtipo y etapa de su cáncer, y de otros problemas de salud que pueda tener.

Leucemia aguda

La mayoría de los tipos de leucemia aguda son muy graves. El tratamiento debe iniciarse de inmediato. Suele ser intenso y prolongado y suele durar unos 2 años.

El tratamiento suele comenzar con quimioterapia intravenosa (quimio IV). Podrían añadirse otros tratamientos, como la terapia dirigida con medicamentos. Es posible que se utilice un trasplante de células madre después de la primera ronda de tratamiento.

El tratamiento para los niños puede ser diferente al de los adultos.

Leucemia crónica

No todos los tipos de leucemia crónica necesitan un tratamiento inmediato. Si se necesita tratamiento, es posible que se recomiende quimioterapia, terapia dirigida con medicamentos o trasplante de células madre.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Qué tipo de leucemia tengo?
- ¿De qué subtipo y etapa se trata? ¿Qué significa eso?
- ¿Qué más ha aprendido de los resultados de mis pruebas?
- ¿Necesitaré más pruebas o pruebas de biomarcadores?
- ¿Cuál es el objetivo del tratamiento?
- ¿Cuáles son mis opciones de tratamiento? ¿Qué considera usted que es mejor para mí y por qué?
- ¿Un trasplante de células madre funcionaría para mí?
- ¿Existen estudios clínicos para mi tipo de leucemia?

Qué debe esperar antes y durante el tratamiento

El médico que trata su leucemia podría ser un hematólogo (médico especialista en sangre) o un oncólogo (médico especialista en cáncer).

Dependiendo del tipo de tratamiento que necesite, su equipo de atención médica contra el cáncer podría incluir diferentes médicos, enfermeros y otros trabajadores de la salud.

Por ejemplo, si necesita quimioterapia, pasará por fases o ciclos de tratamiento con pruebas y revisiones médicas intermedias. Su equipo de atención médica contra el cáncer le ayudará a comprender qué debe esperar antes, durante y después de cada fase del tratamiento. Le explicará cómo se administra, le ayudará a prepararse para ella, le hará un seguimiento de su estado y le ayudará a controlar los efectos secundarios. También le realizará análisis de sangre, estudios por imágenes u otras pruebas en determinados momentos para ver qué tan bien está funcionando su tratamiento.

No todas las personas que reciben tratamiento para la leucemia tienen los mismos efectos secundarios. Por ejemplo, los efectos secundarios de la quimioterapia son diferentes de los efectos secundarios de la terapia dirigida.

Es común tener cambios en el recuento de células sanguíneas durante el tratamiento para la leucemia. Esto puede hacer que tenga más probabilidades de contraer infecciones. También puede sentirse muy débil y cansado en algunos momentos. Si está recibiendo quimioterapia de dosis alta, esto podría empeorar sus efectos secundarios.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Qué efectos secundarios podría tener? ¿Qué puedo hacer al respecto? ¿Espera que sean graves?
- ¿Cómo sabremos si el tratamiento está funcionando?
- ¿Con qué frecuencia recibiré tratamiento?
- ¿Cuánto tiempo durará?
- ¿Dónde se administrará mi tratamiento? Si voy a estar en el hospital, ¿cuánto tiempo estaré?
- ¿Podré seguir haciendo mis actividades habituales?
- ¿Qué precauciones especiales debo tomar?

Qué debe esperar después del tratamiento

Después del tratamiento, su médico le ayudará a controlar los efectos secundarios que pueda tener. También le harán muchos exámenes y pruebas para detectar células de leucemia.

En algunas personas, es posible que la leucemia no desaparezca por completo. Es posible que sigan recibiendo tratamiento y que aún sea necesario realizar pruebas para ver qué tan bien está funcionando.

Las personas que han tenido leucemia corren el riesgo de volver a padecerla o de padecer otros tipos de cáncer. Aunque se encuentre bien después de terminar el tratamiento, es importante preguntar sobre un programa periódico de pruebas de seguimiento para ver si su leucemia ha regresado.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Con qué frecuencia debo ver a mi equipo de atención médica contra el cáncer?
- ¿Cuándo y cómo debo ponerme en contacto con ellos?
- ¿Necesitaré más análisis de sangre y biopsias de médula ósea? ¿Con qué frecuencia las necesito?
- ¿Necesitaré realizarme otras pruebas para ver si el cáncer ha regresado o para detectar problemas derivados de mi tratamiento?
- ¿Existen posibles efectos secundarios tardíos o a largo plazo?
- ¿Necesito pruebas de detección para encontrar otros tipos de cáncer a tiempo?
- ¿Dónde puedo encontrar mi historia clínica?

Cómo mantenerse saludable

Asegúrese de informar a su médico o equipo de atención médica contra el cáncer si algún efecto secundario del tratamiento no desaparece o si presenta algún síntoma nuevo.

Hay cosas que puede hacer para ayudar a mantenerse saludable durante y después del tratamiento. Esto incluye comer bien, realizar actividad física, alcanzar un peso saludable y mantenerlo, y no fumar. Es posible que a veces sienta debilidad y cansancio. Realizar actividad física puede ayudar. La leucemia puede hacer que sea más propenso a infecciones, por lo que deberá prestar atención a los signos de infección y protegerse de las personas enfermas. Pregunte a su equipo de atención médica contra el cáncer sobre los signos de infección y cómo controlar el cansancio y otros síntomas.



Para obtener más información y apoyo, visite el sitio web de la American Cancer Society en: cancer.org/leucemia o llámenos al **1-800-227-2345**. Estamos aquí cuando usted nos necesite.

Cómo afrontar sus sentimientos

Tener leucemia puede hacer que sienta aislamiento, temor, tristeza o nervios. Es normal tener estos sentimientos y hay maneras de ayudarle a afrontarlos.

- No trate de afrontar solo sus sentimientos. Hable sobre ellos, independientemente de cuáles sean.
- Está bien sentir tristeza o depresión de vez en cuando, pero informe a su equipo de atención médica contra el cáncer si tiene estos sentimientos durante varios días.
- Si su médico le dice que está bien, siga haciendo cosas que le gustan, como pasar tiempo al aire libre, ir al cine o a un evento deportivo o salir a cenar.
- Busque ayuda con tareas tales como cocinar o limpiar.

Tal vez desee ponerse en contacto con amigos y familiares, o con líderes o grupos religiosos. También puede ser de ayuda la orientación o un grupo de apoyo. Informe cómo se siente a su equipo de atención médica contra el cáncer. Ellos pueden ayudarle a encontrar el apoyo adecuado.