



Después de un diagnóstico de cáncer de pulmón



El cáncer de pulmón es un tipo de cáncer que se origina en los pulmones. Los pulmones son un par de órganos similares a esponjas que se encuentran en el pecho y que transportan aire dentro y fuera del cuerpo. Inhalan oxígeno y se deshacen del dióxido de carbono, un producto de desecho. Si le han dicho que tiene cáncer de pulmón, es probable que ya le hayan realizado radiografías, estudios por imágenes y una biopsia (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 para determinar si el cáncer se ha propagado. Estas pruebas ayudan a su médico a saber qué tipo de cáncer de pulmón tiene, en qué etapa se encuentra y qué tratamiento podría ayudar.

Tratamiento contra el cáncer de pulmón

Su tratamiento dependerá del tipo y la etapa de su cáncer de pulmón. Sus opciones de tratamiento también dependerán de los resultados de las pruebas en las células cancerosas, su salud y sus preferencias personales.

Hay muchas maneras de tratar el cáncer de pulmón, incluida la cirugía, la radiación y medicamentos como la quimioterapia, la terapia dirigida con medicamentos o la inmunoterapia. En muchos casos, se necesita más de un tipo de tratamiento. Su médico le ayudará a decidir qué tratamientos son los más adecuados para usted.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Cuál es el objetivo del tratamiento?
- ¿Qué tipo de cáncer de pulmón tengo?
- ¿En qué etapa se encuentra mi cáncer de pulmón y qué significa? ¿Cuáles fueron los resultados de la prueba de biomarcadores?
- ¿Qué más ha aprendido sobre mi cáncer de pulmón a partir de los resultados de mis pruebas?
- ¿Necesitaré más pruebas?
- ¿Necesitaré cirugía? ¿Se puede extirpar el cáncer por completo?

Qué debe esperar antes y durante el tratamiento

Su equipo de atención médica contra el cáncer le explicará su plan de tratamiento. Este equipo puede incluir distintos médicos, enfermeros y otros trabajadores de la salud, según el tipo de tratamiento que necesite. Por ejemplo, si necesita radioterapia, trabajará con un oncólogo radioterapeuta para saber qué debe esperar antes, durante y después de la radioterapia. Si necesita otros tipos de tratamiento, su equipo de atención médica contra el cáncer le explicará cómo se administran, le ayudará a prepararse, hará un seguimiento de su estado y le ayudará con cualquier efecto secundario.

También es posible que le realicen 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 contra el cáncer de pulmón tendrán los mismos efectos secundarios. Por ejemplo, los efectos secundarios de la cirugía son diferentes de los efectos secundarios de la quimioterapia, la terapia dirigida con medicamentos, la inmunoterapia o la radioterapia. Además, las personas que reciben el mismo tratamiento podrían tener efectos secundarios diferentes.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Cuáles son mis opciones de tratamiento? ¿Qué considera usted que es mejor para mí y por qué?
- ¿Existen estudios clínicos para mi tipo de cáncer?
- ¿Qué efectos secundarios podría tener y qué puedo hacer al respecto?
- ¿Cómo sabremos si el tratamiento está funcionando?
- ¿Con qué frecuencia recibiré tratamiento? ¿Cuánto tiempo durará?
- ¿A dónde iré para recibir tratamiento? ¿Podré manejar?
- ¿Podré seguir haciendo mis actividades habituales, como trabajar y hacer ejercicio?

Qué debe esperar después del tratamiento

Después del tratamiento, pídale a su médico oncólogo un resumen del tratamiento y un plan de seguimiento. Esto se llama plan de atención para la supervivencia. Su médico oncólogo trabajará con su médico de familia o de atención primaria para ayudarle a manejar los efectos secundarios del tratamiento y controlar su estado general de salud. Le realizarán pruebas periódicas para ver si su cáncer ha regresado o si ha comenzado un nuevo cáncer en una parte diferente de su cuerpo.

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

Es posible que experimente cambios en su cuerpo después del tratamiento. Por ejemplo, es posible que sus pulmones no funcionen tan bien como antes. Si la dificultad para respirar limita lo que puede hacer, pregunte a su equipo de atención médica contra el cáncer si la rehabilitación pulmonar o la terapia pulmonar podrían ser de ayuda. Pregunte a su médico qué debe esperar e infórmele si tiene algún problema.

Las personas que han tenido cáncer de pulmón corren el riesgo de volver a padecerlo o de padecer otros tipos de cáncer. Incluso si se siente bien después de terminar el tratamiento, es importante que pregunte a su equipo de atención médica contra el cáncer sobre un programa periódico de pruebas de seguimiento para ver si su cáncer de pulmón ha regresado.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Dónde puedo obtener una copia del resumen de mi tratamiento y del plan de seguimiento?
- ¿Con qué frecuencia debo ver a mi equipo de atención médica contra el cáncer?
- ¿Cuándo y cómo debo ponerme en contacto con ellos?
- ¿Necesitaré realizarme pruebas para ver si el cáncer ha regresado o para detectar problemas derivados del tratamiento?
- ¿Necesito alguna prueba de detección, como un mamograma o una colonoscopia, para detectar otros tipos de cáncer a tiempo?
- ¿Hay efectos secundarios tardíos o a largo plazo del tratamiento a los que deba prestar atención?
- ¿Cree usted que la rehabilitación pulmonar o la terapia pulmonar podría ayudarme?
- ¿Dónde puedo encontrar mi historia clínica después del tratamiento?

Manténgase 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 mantenerse saludable durante y después del tratamiento contra el cáncer de pulmón. No fumar puede ayudar a algunas personas con cáncer de pulmón a vivir más tiempo. También es importante evitar la exposición al humo de segunda mano y al radón en el hogar y el lugar de trabajo. Si trabaja con sustancias químicas, consulte con su médico cuáles debe tratar de evitar. Alcanzar y mantener un peso saludable, comer bien, beber suficientes líquidos, realizar actividad física y evitar el alcohol también pueden ayudarle a mantenerse saludable. Estas cosas pueden ayudar a reducir el riesgo de padecer un nuevo cáncer de pulmón u otros tipos de cáncer.

Cómo afrontar sus sentimientos

Tener cáncer de pulmón puede hacer que sienta temor, tristeza o nervios. Ya sea que haya fumado o no, podría sentirse culpable o juzgado por tener cáncer de pulmón. Es normal tener estos sentimientos y hay maneras de ayudarle a afrontarlos.

- No trate de afrontar solo a 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. La orientación también puede ser de ayuda. A algunas personas les resulta útil hablar con otros que han tenido la misma experiencia. Un grupo de apoyo puede ofrecerle esto. Informe cómo se siente a su equipo de atención médica contra el cáncer. Ellos pueden ayudarle a encontrar el apoyo adecuado.



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