



Después de un diagnóstico de cáncer de boca y garganta



El cáncer que se origina en la boca se denomina cáncer oral o cáncer de cavidad oral. El cáncer que se origina en la parte media de la garganta (faringe) se llama cáncer de orofaringe. La cavidad oral y la orofaringe sirven para respirar, hablar, comer, masticar y tragar. Si le han dicho que tiene uno de estos tipos de cáncer, es probable que ya le hayan realizado pruebas, 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 sirven para que su médico sepa qué tipo de cáncer tiene, en qué etapa se encuentra y qué tratamiento podría ayudar.

Tratamiento contra el cáncer de boca y garganta

El tratamiento dependerá del tipo y la etapa del cáncer que tiene. Las opciones de tratamiento también dependerán de los resultados de las pruebas en las células cancerosas, su salud y sus preferencias personales.

La cirugía suele ser el primer tratamiento contra este tipo de cáncer. Se puede realizar para extirpar el cáncer y un borde de tejido sano que lo rodea. A veces, la cirugía es más compleja si es necesario extirpar total o parcialmente la lengua, la garganta, la laringe o la mandíbula. De ser necesario, también se podrían extraer algunos dientes. La cirugía también se puede utilizar para extirpar ganglios linfáticos en la zona del cuello y determinar si el cáncer se ha propagado a ellos.

Otros tratamientos contra estos tipos de cáncer pueden incluir radiación, quimioterapia, terapia dirigida o inmunoterapia. Muchas veces se necesita más de un tipo de tratamiento. Se pueden utilizar varios tratamientos para prevenir o aliviar los síntomas del cáncer de boca y garganta. A veces se administran junto con otros tratamientos. Su médico le ayudará a decidir qué tratamientos son los más adecuados para usted.

Asegúrese de preguntar:

- ¿Qué tipo de cáncer de tengo?
- ¿En qué etapa se encuentra el cáncer y qué significa?
- ¿Se ha analizado mi cáncer para detectar el virus del papiloma humano (VPH)?
- ¿Cuál es el objetivo del tratamiento?
- ¿Qué tratamiento cree usted que sea el mejor para mí?
- ¿Necesitaré cirugía? Si es así, ¿cuánto?
- ¿Cómo me veré después de la cirugía?
- ¿Tendré problemas para hablar o comer después de la cirugía?
- ¿Necesitaré recibir además otros tipos de tratamiento?
- ¿Debo consultar a un dentista antes del tratamiento?

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 atención médica, según el tipo de tratamiento que necesite. Por ejemplo, si necesita cirugía, su cirujano le informará cómo se realizará y qué se va a extirpar. Le ayudará a planificar cualquier equipo o terapia especial que pueda necesitar después de la cirugía. 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 otras pruebas en determinados momentos para ver la eficacia de su tratamiento. Si se espera que tenga problemas dentales o de alimentación, su equipo de atención médica le explicará qué se puede hacer para ayudarle.

No todas las personas que reciben tratamiento contra el cáncer de boca y garganta tendrán los mismos efectos secundarios. Por ejemplo, una persona podría tener dificultad para comer o tragar debido a la irritación causada por la radioterapia. En ocasiones, los efectos secundarios empeoran si se necesita más de un tipo de tratamiento. Además, las personas que reciben el mismo tratamiento podrían tener efectos secundarios distintos.

Asegúrese de preguntar:

- ¿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?
- ¿Qué se puede hacer si tengo problemas para comer y para tragar?
- ¿Podré seguir haciendo mis actividades habituales, como trabajar y hacer ejercicio?
- ¿Existen estudios clínicos que puedan ser adecuados para mí?

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 junto con su médico de familia o de atención primaria le ayudarán a controlar los efectos secundarios del tratamiento y su estado general de salud. Le realizarán pruebas periódicas para ver si el cáncer ha regresado o si ha aparecido un nuevo cáncer en otra parte del cuerpo.

Podría enfrentar cambios en el cuerpo después de la cirugía y otros tratamientos, que pueden modificar la forma de comer, masticar o tragar, lo que podría afectar su cuerpo de distintas maneras. Asegúrese de preguntarle al médico qué debe esperar, y avísele si tiene algún problema. Si tiene problemas para comer y obtener suficientes nutrientes, puede continuar tratando el problema con un dentista o dietista mientras se recupera del tratamiento.

Las personas que han tenido cáncer de boca o garganta 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 el cáncer ha regresado.

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 comprobar su eficacia.

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 duraderos del tratamiento a los que deba prestar atención?
- ¿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. No fumar ni beber alcohol son maneras de reducir la posibilidad de que el cáncer empeore o regrese. Para algunas personas, alcanzar y mantener un peso saludable y llevar una dieta saludable puede ser difícil. Asegúrese de asistir a sus citas e informe a su equipo de atención médica contra el cáncer si su peso o su capacidad para comer cambian. Realizar actividad física también puede ayudarle a mantenerse saludable y reducir el riesgo de padecer otros tipos de cáncer.

Cómo enfrentarse a sus sentimientos

Tener cáncer de boca y garganta puede hacer que sienta temor, tristeza o nervios. Es normal tener estos sentimientos, y hay maneras de ayudarle a enfrentarse a ellos.

- No trate de enfrentarse 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 lo autoriza, siga haciendo las 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.

Sería buena idea que se ponga 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/es o llámenos al **1-800-227-2345**. Estamos aquí cuando usted nos necesite.