Cancer.Net®

Oncologist-approved cancer information from the American Society of Clinical Oncology

PDF generated on June 28, 2016 from http://www.cancer.net/node/18374

Cuando el médico dice la palabra “cáncer” [1]

Esta sección ha sido revisada y aprobada por la Junta editorial de Cancer.Net [2], 07/2015

Escuche el podcast de Cancer.Net en inglés: Cuando el médico dice la palabra “cáncer” [3], *adaptado de este contenido*.

Mire el video de Cancer.Net en inglés: Cuando el médico dice la palabra “cáncer”, con la Dra. Maurie Markman [4]*, adaptado de este contenido*

Es una situación a la que las personas suelen temerle: sentarse en el consultorio del médico y escuchar la palabra “cáncer”. Las personas diagnosticadas con cáncer suelen decir que quedaron anonadadas al escuchar la noticia e imposibilitadas para procesar lo que se dijo después. Después de la conmoción inicial, considere los siguientes pasos para obtener información sobre su diagnóstico, encontrar un tratamiento y sobrellevar la situación.

Obtenga información sobre su diagnóstico

El cáncer es un grupo de más de 100 enfermedades. Es importante comprender su tipo específico de cáncer o síndrome relacionado con el cáncer [5], incluido el proceso de diagnosticarlo y tratarlo. Tome un rol activo en sus cuidados del cáncer mediante la formulación de preguntas, el acceso a recursos y la toma de decisiones informadas sobre el tratamiento.

Durante su visita inicial al médico, es posible que le cueste procesar la cantidad de información que recibe. El lenguaje médico poco conocido podría generar confusiones. Pídale a su médico que le explique cualquier término médico [6] que no comprenda. Y no tenga miedo de realizar preguntas [7] (en inglés).

Considere la posibilidad de llevar a un familiar o a un amigo a sus citas para ayudarle a escuchar y tomar notas. O bien, grabe la conversación para poder volver a reproducirla más adelante.

Algunos pacientes desean más información, mientras que otros prefieren menos. Infórmeles a su médico y al equipo de atención médica sus preferencias para recibir información acerca de su diagnóstico, tratamiento y probabilidad de recuperación.

Internet es una herramienta útil para encontrar información acerca del cáncer. No obstante, necesita aplicar un buen criterio cuando realiza búsquedas en línea. Hágase estas preguntas cuando visite sitios web con información sobre el cáncer [8] (en inglés).

Busque atención médica

Después de recibir un diagnóstico de cáncer, debe encontrar un oncólogo: un médico que se especializa en tratar a personas con cáncer. Pida referencias a su médico de atención primaria, a sus familiares y a sus amigos. O busque en línea [9] (en inglés) para encontrar oncólogos en su área.

Además, considere la posibilidad de obtener una segunda opinión [10] (en inglés). Esto implica consultar a otro médico para obtener más información sobre su diagnóstico, confirmarlo o escuchar sobre un enfoque diferente para su tratamiento. Obtener una segunda opinión puede promover su confianza en la toma de decisiones sobre los cuidados del cáncer. Muchos médicos alientan a sus pacientes a buscar una segunda opinión.

Consulte a su médico qué ensayos clínicos [11] están disponibles como opciones de tratamiento para su tipo de cáncer. Un ensayo clínico es un estudio de investigación para evaluar si un tratamiento nuevo es seguro, eficaz y posiblemente mejor que un tratamiento estándar.

Organícese

Necesitará un sistema para hacer un seguimiento de toda la investigación, las citas, los resultados de las pruebas, los registros y las finanzas. La organización le permite aprovechar al máximo el tiempo que pasó con sus proveedores de atención médica de manera que pueda tomar decisiones bien informadas.

Si tiene un teléfono inteligente o una tableta, puede descargar la aplicación móvil gratuita [12] de Cancer.Net para mantenerse organizado. Esta proporciona información sobre el cáncer, lleva un registro de los efectos secundarios y guarda la información de prescripción. La aplicación también registra las respuestas a sus preguntas personalizadas.

Encuentre ayuda para sobrellevar la situación

No está solo a medida que sobrelleva su diagnóstico de cáncer y tratamiento [13]. Busque apoyo de su familia, sus amigos y recursos de la comunidad para manejar los asuntos emocionales, prácticos y financieros.

Apoyo emocional. Puede experimentar emociones complejas durante el diagnóstico y el tratamiento. Además de hablar con su médico, analice sus preocupaciones con sus familiares y amigos. Puede considerar la posibilidad de unirse a un grupo de apoyo [14] para compartir su experiencia y aprender de otras personas que están enfrentando situaciones similares.

Los asesores [15] (en inglés) también pueden ayudarlo a procesar emociones difíciles. A menudo, las personas que reciben un diagnóstico de cáncer se desaniman o sienten temor. Sin embargo, si no está participando en sus actividades normales o está teniendo dificultades para concentrarse, dormir o comer, informe a su médico y consulte acerca de opciones de asesoramiento.

Otras formas de expresar sus emociones y aliviar el estrés incluyen las siguientes:

- Escribir en un diario
- Pintar o dibujar
- Rezar
- Leer
- Practicar meditación

Obtener apoyo práctico. A medida que afronta el diagnóstico y el tratamiento del cáncer, usted puede preguntarse cómo manejar sus responsabilidades normales, incluidos el trabajo [16] (en inglés) y la crianza de sus hijos [17] (en inglés). Acepte la ayuda de los demás y reevalúe sus prioridades.

Apoyo financiero. El costo de los cuidados del cáncer puede ser alto y representar una carga para algunas personas. Poco tiempo después del diagnóstico, comience a dialogar abiertamente con su equipo de atención médica acerca de los costos de sus cuidados. Comprender los costos que puede esperar antes de comenzar el tratamiento puede ayudarle a manejar el impacto financiero del cáncer. Obtenga más información sobre el manejo del costo de los cuidados del cáncer [18] y encuentre recursos financieros [19] útiles.

Finalmente, a pesar de que el cáncer es una enfermedad grave, usted tiene motivos para ser optimista. En las últimas décadas, se han alcanzado hitos importantes en el cuidado y el tratamiento de personas con cáncer, incluido el cáncer metastásico. Estos incluyen avances en el tratamiento y cuidados de apoyo para efectos secundarios.

Más información

Desplazarse por atención del cáncer [20]

Asimilación con cáncer [13]

Links
[1] http://www.cancer.net/node/18374
[2] http://www.cancer.net/about-us
[3] http://www.cancer.net/node/23001
[4] http://www.cancer.net/node/27121
[5] http://www.cancer.net/es/tipos-de-c%C3%A1ncer
[6] http://www.cancer.net/es/node/18394
[7] http://www.cancer.net/node/24958
[8] http://www.cancer.net/node/24514
[9] http://www.cancer.net/find-cancer-doctor
[10] http://www.cancer.net/node/25355
[11] http://www.cancer.net/es/node/18380
[12] http://www.cancer.net/node/29951
[13] http://www.cancer.net/es/node/18310
[14] http://www.cancer.net/es/node/18328
[15] http://www.cancer.net/node/24699
[16] http://www.cancer.net/node/24549
[17] http://www.cancer.net/node/24640
[18] http://www.cancer.net/es/node/18382
[19] http://www.cancer.net/es/node/18393
[20] http://www.cancer.net/es/node/18309