



Terapia adyuvante para el cáncer de mama

En esta información se explica qué es la terapia adyuvante, cómo funcionan los diferentes tipos de terapias adyuvantes y cómo hacer frente a los posibles efectos secundarios.

¿Qué es la terapia adyuvante?

La terapia adyuvante es un tratamiento que se administra además de la cirugía de mama. Se usa para eliminar cualquier célula cancerosa que pueda quedar en la mama o en el resto del cuerpo. A veces también se administra antes de la cirugía para ayudar a que el procedimiento sea más fácil. La terapia adyuvante reduce la posibilidad de que regrese el cáncer de mama. Su médico decidirá qué terapia es adecuada para usted. La terapia adyuvante podría constar de 1 o más de los siguientes tratamientos:

- **La quimioterapia** destruye las células cancerosas al detener la capacidad de multiplicarse de las células. Su quimioterapia puede durar de 3 a 6 meses o más.
- **La terapia hormonal** usa medicamentos para evitar que el cuerpo produzca algunas hormonas o para cambiar la forma en que estas hormonas afectan al cuerpo. Es posible que la terapia hormonal deba tomarse durante años.
- **La terapia con anticuerpos** es cuando los anticuerpos se unen a las proteínas de crecimiento en las células cancerosas y eliminan las células cancerosas. La terapia con anticuerpos se puede tomar por hasta 1 año.
- **La radioterapia** tiene como objetivo las células cancerosas que los médicos no pueden ver pero que permanecen en la mama o los ganglios linfáticos después de la cirugía. La radioterapia puede durar de 3 a 7 semanas.

Planificación de su terapia adyuvante

Su plan de tratamiento se crea para usted en función de múltiples factores. Su médico revisará su historial completo y le realizará un examen físico. Luego, revisará los resultados de la prueba, los resultados de patología, la imagenología, y utilizará esta información para diseñar su plan de tratamiento. Todos tienen planes de tratamiento diferentes. Su médico revisará junto con usted su plan de tratamiento en detalle. Hágale a su médico o enfermero cualquier pregunta que pueda tener.

Cómo hacer frente a posibles efectos secundarios

Si tiene alguno de estos efectos secundarios, llame a su médico o a su enfermero. Es posible que puedan darle consejos o una receta para ayudarlo a sentirse mejor. No necesita esperar hasta su próxima cita.

A continuación, se describen los posibles efectos secundarios específicos de la quimioterapia, la terapia hormonal y la terapia con anticuerpos. Cada sección también brinda consejos sobre cómo sentirse mejor durante su tratamiento. Su médico y enfermero le dirán qué efectos secundarios puede esperar de su tratamiento. Si va a recibir radioterapia en las mamas como parte de su terapia adyuvante, su equipo de

Oncología con radiación le brindará información adicional sobre la radiación.

Náuseas y vómito

La quimioterapia puede causar náuseas y vómitos. Las náuseas y los vómitos ocurren porque la quimioterapia irrita las zonas del cerebro que controlan las náuseas o las células que recubren la boca, la garganta, el estómago y los intestinos.

Hay medicamentos que son muy buenos para prevenir o controlar las náuseas. Si la quimioterapia que recibirá le causa náuseas y vómitos, recibirá medicamentos contra las náuseas antes, después o antes y después para cada tratamiento de quimioterapia. Esto reducirá la posibilidad de que tenga náuseas. También recibirá una receta de medicamentos contra las náuseas para que lleve a casa. Su enfermero le dirá cómo tomar el medicamento. Tomarlo de la manera correcta le dará la mejor oportunidad de que funcione.

Las náuseas pueden hacer que quiera dejar de comer. No comer ni beber no permitirá que su cuerpo obtenga la energía que necesita para repararse a sí mismo de los efectos de su quimioterapia. A continuación se encuentran algunos consejos para ayudarlo a disminuir sus náuseas. Para obtener más información, también puede leer el recurso *La alimentación apropiada durante su tratamiento contra el cáncer* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment>).

Los siguientes son consejos que le serán de ayuda con sus náuseas:

- Tome el medicamento contra las náuseas como se lo indique su médico o enfermero. No intente esperar a tomar el medicamento para ver si las náuseas desaparecen. Los medicamentos contra las náuseas son más efectivos cuando los toma al primer indicio de náuseas.
- Coma alimentos secos y ricos en almidón (como galletas saladas o pretzels) o chupe caramelos duros para prevenir las náuseas.
- Haga comidas pequeñas con frecuencia. Deje de comer antes de sentir que se ha saciado demasiado.
- Beba de 8 a 10 vasos de líquidos sin cafeína todos los días. Esto prevendrá la deshidratación. Tome pequeños sorbos para evitar sentir más náuseas.
- Practique relajarse. Escuche música suave, respire profundamente, haga yoga o medite. También puede intentar pensar en cosas agradables para distraerse.
- Pídale a su médico o enfermero que le deriven a un nutricionista dietista clínico para que le dé más sugerencias.

Cosas que deben evitarse:

- Comer alimentos fritos, grasosos, cremosos o picantes.
- Comer o cocinar alimentos que tengan un fuerte olor.

Llame a su médico o a su enfermero si:

- Vomita o tiene diarrea con frecuencia.
- Tiene náuseas que no desaparecen incluso si toma su medicamento contra las náuseas.
- No puede beber ni mantener nada en el estómago.
- Se siente mareada o aturdida.
- Tiene acidez o dolor de estómago.

Caída o debilitamiento del cabello (alopecia)

Algunos medicamentos de quimioterapia pueden causar caída del cabello. La caída del cabello normalmente se presenta alrededor de 2 a 4 semanas después del primer tratamiento de quimioterapia. Si se le cae el cabello, este comenzará a crecer nuevamente una vez que usted ya no esté recibiendo quimioterapia. Algunas terapias hormonales también pueden debilitar el cabello.

En general, la caída del cabello se ve afectada por lo siguiente:

- El tipo de medicamentos, la dosis y el tiempo que los toma.
- La cantidad de cabello que tiene antes del tratamiento.
- La cantidad de procesamiento químico (como permanente y tintura) que tenía el cabello antes del tratamiento.

Lo que usted puede hacer:

- Regístrese para obtener una clase virtual gratis de Luzca bien siéntase mejor para aprender sobre pelucas, maquillaje y técnicas de cuidado de la piel. Para inscribirse en una clase en línea, visite lookgoodfeelbetter.org/virtual-workshops.
- Use un champú suave, como el Baby Shampoo® de Johnson's.
- Hable con su médico o su enfermero sobre cómo obtener una receta para una peluca antes de comenzar el tratamiento. Es posible que las personas que pierden el cabello debido al tratamiento contra el cáncer tengan cobertura de seguro para una peluca. Consulte a su proveedor de seguro para obtener más información. Para obtener más información sobre dónde puede encontrar pelucas y peluquines, lea el recurso *Dónde comprar pelucas y peluquines* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/where-buy-wigs-and-hairpieces>).
- Si lo desea, use pañuelos y turbantes suaves de felpa en la cabeza. Son muy cómodos y agregan variedad.
- Use una configuración de bajo calor al secarse el cabello con un secador.
- Hable con su médico acerca de probar un gorro frío. Un gorro frío es un gorro lleno de gel frío que se usa en la cabeza durante la quimioterapia para reducir la cantidad de quimioterapia que llega a los folículos capilares. Esto puede ayudar a minimizar la caída del cabello. Para obtener más información, lea *Cómo hacer frente a la caída del cabello con enfriamiento del cuero cabelludo durante la quimioterapia para tratar tumores sólidos* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/managing-hair-loss-scalp-cooling>). Los gorros fríos generalmente no están cubiertos por el seguro.

Qué se debe evitar:

- Decolorarse el cabello o hacerse una permanente.
- Usar rulos calientes.

Recuento bajo de glóbulos blancos (leucopenia)

Los glóbulos blancos ayudan al cuerpo a combatir las infecciones. Tener un recuento bajo de glóbulos blancos puede aumentar el riesgo de contraer una infección. Puede comenzar a tener recuentos bajos de glóbulos blancos de 7 a 14 días después de cada tratamiento. Existen medicamentos que se pueden usar para aumentar el recuento de glóbulos blancos o prevenir su disminución. Estos medicamentos vienen en forma de inyecciones o dispositivos que se usan en el brazo.

Qué puede hacer si tiene un recuento bajo de glóbulos blancos:

- Tómese la temperatura por vía oral cada 4 horas si cree que tiene fiebre, dolor de cuerpo o escalofríos, o si nota un aumento de la temperatura de la piel. **Llame al médico o al enfermero si la temperatura supera los 100.4 °F (38 °C)**. Esto es muy importante. Si tiene fiebre después del horario de atención, debe llamar al consultorio de su médico y pedir hablar con el médico de guardia.
- Pregúntele a su enfermero o médico si puede tomar acetaminophen (Tylenol[®]).
- Siempre lávese las manos después de usar el baño y antes de comer.
- Protéjase las manos de los cortes y las quemaduras:
 - No se corte las cutículas. En vez de hacer eso, empújelas hacia atrás.
 - Use guantes cuando lave los platos, cocine o trabaje en el jardín.
 - Mantenga la piel hidratada para evitar que se agriete.
- Si tiene un corte, lávelo con agua y jabón de inmediato. También puede usar una pomada o aerosol antibacteriano sobre el corte. Esté atenta a cualquier signo de infección, como enrojecimiento, hinchazón o pus. Si nota alguno de estos indicios, llame al médico.

Qué evitar si tiene un recuento bajo de glóbulos blancos:

- Estar cerca de personas enfermas o que han estado expuestas a cualquier cosa que pueda hacer que usted se enferme, como varicela, amigdalitis estreptocócica, tuberculosis (TB), gripe, sarampión o resfriado común.
- Los procedimientos dentales o las cirugías. Consulte primero con su médico o enfermero.
- Usar supositorios (medicamentos administrados a través del recto (ano), la vagina o el pene), termómetros rectales y enemas.
- Vacunas de virus vivos, como la vacuna contra el herpes, la triple vírica (MMR), la vacuna contra la varicela y la vacuna antigripal en aerosol nasal.
- Estar cerca de cualquier persona que haya recibido una vacuna de virus vivos o una vacuna en aerosol nasal. Debe esperar de 7 a 10 días después de que les hayan puesto dichas vacunas antes de poder estar cerca de dichas personas nuevamente.

Llame al médico o enfermero si:

- Si tiene enrojecimiento, hinchazón o le sale pus de una herida.
- Tiene una temperatura oral de 100.4 °F (38 °C) o superior.
- Si tiene escalofríos o dolor corporal, con o sin fiebre.
- Antes de recibir cualquier vacuna.

Recuento bajo de glóbulos rojos (anemia)

La anemia es cuando el cuerpo no produce suficientes glóbulos rojos. Los glóbulos rojos transportan oxígeno a través del cuerpo. Cuando usted no tiene suficientes glóbulos rojos, se puede sentir muy cansado (fatiga) o tener problemas para respirar. Es más probable que ocurra anemia después de haber recibido quimioterapia durante algún tiempo.

Qué puede hacer si tiene un recuento bajo de glóbulos rojos o para prevenirlo:

- Coma alimentos que tengan hierro, lo que puede reducir su probabilidad de tener anemia.
 - Entre los alimentos ricos en hierro se encuentran carne magra, pollo, pescado, albaricoques secos, pasas, frijoles y lentejas. Para obtener más información sobre cómo obtener su dosis diaria de hierro, lea *Hierro en su dieta* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/iron-your-diet>).
- Reduzca el trabajo y las actividades sociales que no necesita hacer y las tareas domésticas.

Qué se debe evitar:

- Cualquier actividad que haga que se sienta cansada.
- Las altitudes o alturas elevadas, que pueden hacer que se maree mucho.

Llame a su médico o enfermero si tiene:

- Mareo.
- Fatiga intensa (sentir más cansancio o debilidad que de costumbre).
- Dificultad para respirar.
- Presión o dolor de pecho.

Recuento bajo de plaquetas (plaquetopenia)

Un recuento bajo de plaquetas disminuye la capacidad del cuerpo para detener el sangrado si tiene un corte o una lesión. Este efecto secundario no es tan común como tener recuentos bajos de glóbulos rojos o blancos. Es posible que tenga un recuento bajo de plaquetas de 10 a 14 días después de la quimioterapia, pero es más probable que esto ocurra después de meses de quimioterapia.

Si tiene un recuento bajo de plaquetas, consulte a su médico antes de tomar un medicamento antiinflamatorio como (Advil[®], Motrin[®]) o naproxen (Aleve[®], Naprosyn[®]), ya que estos medicamentos también pueden aumentar el sangrado. Informe a su médico si toma aspirin o anticoagulantes para otras afecciones de salud.

Lo que usted puede hacer:

- Use un cepillo de cerdas suaves para los dientes y las encías para prevenir que se formen úlceras en la boca.
- Si actualmente usa hilo dental, puede seguir haciéndolo, pero con cuidado. Si no usa hilo dental regularmente, no comience a hacerlo ahora.
- Tenga cuidado de no cortarse ni golpearse.
- Busque hematomas inexplicables o manchas rojas en la piel.

Qué se debe evitar:

- Los objetos afilados (como tijeras para cutículas, navajas de afeitar rectas y cuchillos afilados).
- El uso de termómetros o supositorios rectales.
- Los procedimientos dentales o las cirugías.
- Los deportes de contacto o cualquier actividad que pueda provocar golpes o choques.
- Evite tomar más de 3 bebidas alcohólicas por semana.

Llame a su médico o enfermero si tiene:

- Sangre en la orina, las heces, los vómitos o si expectora sangre.
- Moretones o sangrado inexplicables por la nariz o las encías.
- Cambios en la visión, como ojos llorosos o visión borrosa.
- Dolores de cabeza o cualquier indicio de accidente cerebrovascular, como debilidad o entumecimiento en 1 lado.

Problemas musculares, óseos y articulares

Algunos tratamientos pueden afectarle los músculos, los huesos o las articulaciones. Es posible que tenga:

- Dolor en los huesos
- Rigidez o dolor en las articulaciones
- Disminución de la densidad ósea

Lo que usted puede hacer:

- Haga ejercicio, si puede. Caminar es una excelente forma de ejercicio.
- Pregunte a su médico si puede tomar medicamentos antiinflamatorios, como ibuprofen (Advil[®]), Motrin[®]) o naproxen (Aleve[®], Naprosyn[®]).
- Pregunte a su médico si debe tomar vitamina D.

Comuníquese con su médico o enfermero si:

- Siente mucha incomodidad.
- Presenta dolor nuevo
- Tiene las piernas débiles o problemas para caminar
- Siente las manos o los dedos rígidos

Cambios en la sensación en las manos o los pies (neuropatía)

Algunos tipos de quimioterapia pueden afectar los nervios de las manos y los pies. Puede tener un poco de entumecimiento u hormigueo en los dedos de las manos y los pies o en ambos. Esto se conoce como neuropatía. Es posible que esto no dure o que sea permanente, según cuánto tiempo tome la quimioterapia. Es posible que su médico pueda ayudarle con su neuropatía mediante el uso de medicamentos o por medio de un cambio en la dosis de su quimioterapia. Para obtener más información acerca de la neuropatía, lea *Dolor neuropático* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/neuropathic-pain>).

Lo que usted puede hacer:

- Hable con su médico acerca de ponerle hielo en las manos y los pies durante su tratamiento, lo que puede ayudar a prevenir la neuropatía. Para obtener más información, lea *Enfriamiento de las uñas durante el tratamiento con quimioterapia a base de taxano* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/nail-cooling-during-treatment-taxane-based-chemotherapy>).
- Tenga mucho cuidado para evitar quemarse cuando use la cocina, el horno o la plancha. Es posible que no pueda sentir el calor como solía hacerlo.

Qué se debe evitar:

- El uso de almohadillas térmicas o compresas calientes, porque podría quemarse.

Llame a su médico o enfermero si tiene:

- Problemas para sostener un lápiz o un bolígrafo, o para cerrarse los botones.
- Dolor, ardor u hormigueo en los dedos de las manos o de los pies.
- Problemas para caminar o sentir el suelo cuando camina.
- Problemas de equilibrio que provocan caídas.

Cambios en el sabor de los alimentos

Tener un sabor metálico en la boca es común durante el tratamiento. Algunos alimentos pueden tener un sabor insulso o desagradable. Esto no durará para siempre y desaparecerá una vez que finalice su tratamiento de quimioterapia.

Lo que usted puede hacer:

- Mastique chicle con sabor.
- Chupe caramelos solubles para disminuir el sabor metálico. Si sucede mientras está recibiendo quimioterapia, pídale a su enfermero un caramelo soluble.
- Pídale a su médico o enfermero que le deriven a un nutricionista dietista clínico para que le dé más sugerencias.

Qué se debe evitar:

- Comer alimentos que causan un sabor desagradable.

Diarrea

Las heces sueltas o aguadas (diarrea) son causadas por la irritación del revestimiento del estómago y los intestinos durante la quimioterapia.

Qué puede hacer si tiene diarrea:

- Beba entre 8 y 10 vasos de líquidos sin cafeína al día para no deshidratarse. Agua, jugos diluidos con agua o líquidos que contengan electrolitos como Pedialyte[®], Gatorade[®], Powerade[®] y otras bebidas deportivas son buenas opciones.
- Coma alimentos suaves como bananas, arroz, puré de manzana y tostadas blancas.
- Pregúntele a su médico o enfermero si puede tomar medicamentos para ayudar, como bismuth subsalicylate (Kaopectate[®]) o loperamide (Imodium A-D[®]).
- Mantenga la zona rectal limpia y seca para ayudar a disminuir la irritación de la piel.
- Para la irritación rectal, pruebe tomar baños de asiento tibios. Un baño de asiento es cuando se sienta en agua tibia hasta las caderas para calmar el área rectal. También puede aplicar una crema calmante como A&D[®], vaselina (Vaseline[®]) o crema para hemorroides.
 - No use supositorios hasta que haya consultado primero a su médico.
- Aplíquese un paño tibio sobre el estómago; esto puede aliviar los calambres. Tenga cuidado de no quemarse.
- Pídale a su médico o enfermero que le deriven a un nutricionista dietista clínico para que le dé más sugerencias.

Qué se debe evitar:

- Los alimentos que contengan altas cantidades de fibra (como salvado, avena, trigo integral o pan y cereales integrales, arroz integral y frijoles).
- Los alimentos y las bebidas con cafeína o altas cantidades de edulcorantes artificiales o azúcar (como café, té, bebidas de cola y otros refrescos). Estos pueden estimular su intestino, lo que puede hacer que defeqe más.
- Los productos lácteos.

- Los alimentos que le hagan hincharse o tener gases (como el repollo y los frijoles).
- Los ablandadores de heces.
- Los supositorios rectales.

Llame a su médico o enfermero si tiene:

- Tres o más heces sueltas y aguadas en 1 día.
- Diarrea, incluso después de comer bananas, arroz, puré de manzana y tostadas blancas durante 2 días.
- Irritación rectal que no desaparece.
- Sangre en las heces.

Para obtener más información sobre cómo hacer frente a la diarrea, lea el recurso *Diarrea* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/diarrhea>).

Estreñimiento

El estreñimiento es tener menos defecaciones de lo que es normal para usted, o tener heces duras que no se eliminan fácilmente. Es un efecto secundario común de los medicamentos que se usan para tratar el dolor y las náuseas. La quimioterapia también puede causar estreñimiento.

Qué puede hacer si tiene estreñimiento:

- Beba de 8 a 10 vasos de líquidos sin cafeína todos los días.
- Aumente lentamente la cantidad de fibra que consume para ayudar a prevenir los gases. La fibra se encuentra en frutas, verduras, cereales y granos (como el salvado, la avena, el trigo integral o el pan y los cereales integrales, el arroz integral y los frijoles). Para obtener más información sobre cómo obtener más fibra en su dieta, lea *Fuentes de alimentos con fibra* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/food-sources-fiber>).
- Haga ejercicio, si puede. Caminar es una excelente manera de mantenerse activo y ayuda a disminuir el estreñimiento.
- Pregúntele a su médico o enfermero si puede tomar medicamentos para el estreñimiento, como docusate sodium (Colace[®]), senna (Senokot[®]) o polyethylene glycol (MiraLAX[®]).
- Pídale a su médico o enfermero que le deriven a un nutricionista dietista clínico para que le dé más sugerencias.

Qué se debe evitar:

- Los supositorios
- Enemas

Llame a su médico o a su enfermero si:

- No ha defecado por más de 3 días.
- Tiene heces duras o problemas para defecar por más de 3 días.

Para obtener más información sobre el estreñimiento, lea el recurso *Estreñimiento* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/constipation>).

Úlceras bucales (mucositis)

La quimioterapia puede provocar que tenga áreas dolorosas o úlceras en la boca o la garganta. Estas generalmente duran de unos días a una semana.

Qué puede hacer si tiene úlceras en la boca:

- Enjuáguese la boca 4 veces al día con una mezcla de 1 a 2 cucharaditas de sal en 1 litro de agua o un enjuague bucal sin alcohol. No trague la solución.
 - Haga gárgaras con la solución de sal o use un enjuague bucal por la mañana, después de cada comida y antes de la hora de ir a la cama. Si vomita, límpiense bien la boca y haga gárgaras después.
- Mantenga los labios húmedos con bálsamo o ungüentos para labios, para evitar que se sequen.
- Si tiene dentaduras postizas, quíteselas durante los enjuagues bucales y antes de acostarse.
- Coma alimentos blandos.
- Pídale a su enfermero o médico que le derive a un nutricionista dietista clínico si no puede comer debido a las úlceras en la boca.

Qué se debe evitar:

- Los enjuagues bucales comerciales que puedan tener alcohol o peróxido de hidrógeno. Estos pueden empeorar las úlceras.
- Los alimentos ácidos, salados, gruesos, fuertes o picantes.
- Los alimentos calientes al tacto.

Llame a su médico o a su enfermero si:

- Tiene úlceras en la boca con frecuencia.
- Tiene dolor al comer o al tragar.
- No puede beber suficientes líquidos para mantenerse hidratado.

Para obtener más información sobre el cuidado de la boca, lea el recurso *Cuidado bucal durante su tratamiento contra el cáncer* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/mouth-care-during-your-treatment>).

Reacción alérgica

A veces, la quimioterapia puede provocar una reacción alérgica mientras se le administra. De ser necesario, recibirá medicamentos para prevenir esto. Si recibe medicamentos para tomar en casa antes de su tratamiento, tómelos según las instrucciones de su médico e informe a su equipo de atención médica si no los tomó. Su enfermero le monitoreará de cerca durante el tratamiento.

Su médico y enfermero le dirán si alguno de los medicamentos que está recibiendo puede provocar una reacción.

Llame a su médico o a su enfermero si:

- Tiene sarpullido, dificultad para respirar o hinchazón en cualquier parte del cuerpo mientras está en casa.

Dolor

Recibir quimioterapia no es doloroso. Pero la quimioterapia o los medicamentos para prevenir recuentos sanguíneos bajos pueden causar molestias y dolores entre los tratamientos. Algunas terapias hormonales pueden causar dolor en las articulaciones. Informe a su médico o enfermero si siente dolor. El médico podrá ajustar su medicamento o recetarle otro medicamento para que se sienta más cómodo. Pregunte si es seguro usar analgésicos antiinflamatorios de venta libre, como ibuprofen (Advil[®] o Motrin[®]).

Cambios en los ojos y la visión

Algunos medicamentos de la quimioterapia pueden hacer que tenga ojos secos u ojos llorosos (lagrimeo). Si esto sucede, puede usar gotas humectantes o gotas para las alergias en los ojos. Si tiene visión borrosa durante el tratamiento, consulte a su oculista. Puede ser porque sus ojos están secos o llorosos.

Algunos medicamentos de la quimioterapia pueden provocar la caída de las pestañas y las cejas. Si esto sucede, no durará. Volverán a crecer después de que termine su tratamiento de quimioterapia con ese medicamento.

Cambios en las uñas y la piel

La quimioterapia puede causar cambios en la piel. Es posible que se le oscurezcan la piel, las uñas, la lengua y las venas que se usaron para administrarle la quimioterapia. También puede tener cambios generales en la piel, incluidos los siguientes:

- Sequedad
- Comezón
- Agrietamiento
- Sensibilidad a la luz solar
- Erupción cutánea

Qué puede hacer si tiene indicios de cambios en la piel:

- Póngase loción corporal y cremas de manos sin perfume mientras la piel aún está húmeda, por ejemplo, después de una ducha.
- Use un protector solar con un factor de protección de 30 o superior todos los días.
- Use sombreros de ala ancha.
- Use ropa de manga larga.
- Hable con su enfermero sobre el uso de hielo en los dedos de las manos y de los pies durante la quimioterapia para disminuir la posibilidad de tener cambios en las uñas. Para obtener más información, lea *Enfriamiento de las uñas durante el tratamiento con quimioterapia a base de taxano* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/nail-cooling-during-treatment-taxane-based-chemotherapy>).

Qué se debe evitar si tiene cambios en la piel:

- Las duchas o los baños largos y calientes.
- Largos períodos expuesto a la luz solar directa.

Llame al médico o al enfermero si:

- La piel se le está pelando o ampollando.
- Tiene un sarpullido.

- Tiene bultos o nódulos nuevos en la piel.

Cambios de peso

Algunas personas aumentarán de peso durante el tratamiento y es posible que otras pierdan peso.

El aumento de peso puede deberse a lo siguiente:

- Fatiga, que disminuye su nivel de actividad y hace que quemé menos calorías.
- Consumir gran cantidad de carbohidratos. El consumo de carbohidratos puede ayudar a aliviar las náuseas en algunas personas.
- Comer en exceso.
- Beber más jugos y bebidas con alto contenido de azúcar.
- Inicio de la menopausia durante o después del tratamiento. Esto puede hacer que cambie el metabolismo de algunas mujeres, por lo que es más probable que aumenten de peso.

Qué puede hacer para evitar aumentar de peso:

- Coma una dieta bien balanceada y evite las calorías adicionales. Para obtener más información, lea el recurso *Medicamentos comunes que contienen aspirin, otros medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID) o vitamina E* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids>).
- Haga ejercicio con regularidad.
- Pídale a su médico o enfermero que le deriven a un nutricionista dietista clínico para que le dé más sugerencias.

La pérdida de peso puede deberse a lo siguiente:

- Náuseas debido a los medicamentos.
- Úlceras bucales, que pueden dificultar el comer.
- Falta de apetito (no sentir hambre).
- Pérdida de apetito debido a medicamentos, estreñimiento o depresión.

Qué puede hacer para evitar perder demasiado peso:

- Lleve una dieta bien balanceada.
- Coma comidas pequeñas con frecuencia si no puede terminar una comida grande.
- Agregue calorías adicionales a sus comidas y comiendo entre las comidas.
- Pregúntele a su médico si hay medicamentos que pueden hacer que su apetito aumente.
- Pídale a su médico o enfermero que le deriven a un nutricionista dietista clínico para que le dé más sugerencias.

Fatiga

Muchas personas describen la fatiga como el sentirse débil o no tener energía. La fatiga debido al tratamiento puede variar de una sensación de cansancio leve a extrema.

Lo que usted puede hacer:

- Llevar una dieta bien balanceada, que incluya buenas fuentes de proteínas como pollo, pescado,

huevos, lentejas o mantequilla de maní. También incluya granos como pasta, arroz, pan y cereales, y frutas y verduras. Para obtener más información, lea el recurso *Consuma alimentos saludables* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/eat-your-way-to-better-health>).

- Hacer actividades y ejercicio cuando tenga la energía. Caminar es una buena forma de hacer ejercicio, aun cuando se siente fatigado.
- Tomarse un tiempo para descansar.
- Pídale a otras personas que le ayuden con los quehaceres del hogar y otras tareas.
- Hable con su médico o enfermero para que le informen sobre más formas de controlar la fatiga. Para obtener más información, también puede leer el recurso *Cómo hacer frente a la fatiga relacionada con el cáncer* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/managing-related-fatigue>).

No comience a tomar vitaminas ni suplementos para la fatiga hasta que consulte a su médico o enfermero.

Problemas cardíacos

Algunos tratamientos de quimioterapia pueden afectar la forma en que funciona el corazón. Pueden provocarle que tenga un ritmo cardíaco acelerado, que se sienta fatigado o que tenga problemas para respirar. Su médico le dirá si para el tratamiento que está recibiendo se requieren pruebas del corazón antes de comenzar el tratamiento.

Informe a su médico o enfermero si tiene lo siguiente:

- Latidos cardíacos acelerados o irregulares.
- Problemas para respirar después de hacer actividad física o ejercicio.
- Dolor de pecho o pesadez en el pecho.

Cambios en la memoria

El tratamiento contra el cáncer puede a veces afectarle la mente. Esto podría significar que no podrá pensar con claridad o tan rápido como lo hacía antes de comenzar el tratamiento. También puede notar que usted:

- Tiene problemas para concentrarse.
- Tiene problemas para hacer más de 1 cosa a la vez.
- Tiene problemas para recordar cosas.

Estos cambios pueden deberse a muchas cosas. La fatiga, los cambios de humor, el estrés, la ansiedad, el envejecimiento normal, los cambios hormonales, el cáncer y la anestesia (medicamentos para dormir) pueden afectar su pensamiento durante un tiempo.

Muchas personas no experimentan ninguno de estos problemas. Es difícil saber quién podría tenerlos, pero a menudo desaparecen con el tiempo. Si esto es algo que le preocupa, hable con su médico. Si tiene alguno de estos problemas, un terapeuta ocupacional puede ayudarle con sus actividades cotidianas. También puede ayudarle a mejorar su atención, concentración y memoria.

Otras cosas que puede hacer:

- Asegúrese de dormir lo suficiente.
- Lleve una dieta bien balanceada.
- Lea y hable con otras personas para mantener su mente activa.
- Hable con su médico o enfermero sobre la posibilidad de buscar asesoramiento si tiene ansiedad o

depresión. Estas afecciones pueden aumentar los problemas de memoria. Lea los siguientes recursos para obtener más información sobre cómo hacer frente a la ansiedad y la depresión:

- *Cómo hacer frente a la ansiedad durante el tratamiento del cáncer* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/managing-anxiety-during-your-cancer-treatment>)
- *Cómo hacer frente a la depresión durante su tratamiento contra el cáncer* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/managing-depression-during-your-cancer-treatment>)
- Lea el recurso *Cómo mejorar la memoria* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/improving-your-memory>) para obtener otros consejos útiles.

Qué se debe evitar:

- Los medicamentos innecesarios que puedan causar sueño, como medicamentos contra la ansiedad o productos para hacer que se duerma.
- Las situaciones estresantes, tanto como se pueda.

Llame al médico o al enfermero si:

- Los cambios en la memoria le impiden realizar sus actividades diarias normales.
- También tiene dolores de cabeza.
- También tiene problemas con su visión o equilibrio.

Sofocos

El tratamiento contra el cáncer a veces puede causar sofocos o sudor que pueden afectar la rutina diaria o el sueño.

Qué puede hacer para hacer frente a los sofocos:

- Consulte a su médico antes de tomar hierbas o sustancias de venta libre para los sofocos. No use remedios herbales, como aceite de onagra, cohosh o trébol rojo. Estas hierbas pueden funcionar de manera similar al estrógeno, lo que puede provocar el crecimiento de los tumores mamarios.
- Use ropa de algodón cómoda y holgada y vístase en capas.
- Pregúntele a su médico o enfermero cómo controlar o tratar los signos de la menopausia.
- Mantenga un registro de cuándo ocurren los sofocos para tratar de descubrir cuáles podrían ser los desencadenantes. Entre los desencadenantes comunes se incluyen alimentos y bebidas calientes, comida picante, la cafeína y el alcohol. Evitar estos desencadenantes puede hacer que disminuyan los sofocos.

Para obtener más información sobre cómo hacer frente a los sofocos, lea *Cómo hacer frente a los sofocos sin usar hormonas* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/managing-your-hot-flashes-without-hormones>).

Cambios corporales e intimidad sexual

El cáncer de mama y el tratamiento contra el cáncer de mama pueden cambiar su aspecto. Esto puede deberse a un tumor, la radiación, la cirugía o una combinación de estos. Los cambios en el cuerpo debido al tratamiento contra el cáncer pueden afectar lo siguiente:

- Cómo se siente uno consigo mismo.

- Su comodidad al mostrar su cuerpo a otra persona.
- Su deseo de tener sexo. Tanto los hombres como las mujeres pueden notar una disminución en su deseo sexual durante la quimioterapia.
- Cómo responde el cuerpo sexualmente.
- Su capacidad de quedar embarazada y tener hijos.

Lo que usted puede hacer:

- Hable con su pareja. Es importante compartir entre ustedes cómo se sienten. Puede descubrir que a su pareja le preocupa causarle dolor o molestias durante las relaciones sexuales.
- Hable con un integrante de su equipo de atención médica sobre formas de mejorar su salud sexual.
- Consulte a un especialista en nuestro [Programa de Medicina Sexual y Reproductiva Masculina](#) o en nuestro [Programa de Medicina Sexual Femenina y Salud de la Mujer](#). Para obtener más información o para programar una cita, llame al [646-888-5076](#) para comunicarse con el programa para mujeres y al [646-422-4359](#) para comunicarse con el programa para hombres.
- Asista al programa educativo incorporado de Memorial Sloan Kettering (MSK) para las personas que desean obtener más información sobre el cáncer y los cambios en la imagen corporal. Para obtener más información, envíe un mensaje por correo electrónico a RLAC@mskcc.org o visite www.mskcc.org/event/emodied-coping-cancer-related-body-image-changes.
- Para obtener más información, lea el recurso *La salud y la intimidad sexual* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/sexual-health-and-intimacy>).

Efectos secundarios que experimentan las mujeres

Cambios en el ciclo menstrual (período)

Algunos tratamientos pueden hacer que sus períodos cambien (a abundantes o leves), se vuelvan irregulares o se detengan. Su plan de tratamiento también puede incluir medicamentos o cirugía que detendrán sus períodos.

- **Si todavía tiene ovarios y útero, aún puede estar ovulando y puede quedar embarazada, incluso si sus períodos cesan.** Si tiene ovarios y útero, debe usar un método anticonceptivo no hormonal, por ejemplo, un condón, un diafragma o un DIU no hormonal durante su tratamiento.
 - Para obtener más información, lea el recurso *El sexo y el tratamiento contra el cáncer* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/sex-cancer-treatment>).
- Pregúntele a su médico cuándo puede dejar de usar estos métodos anticonceptivos.
- Los cambios hormonales causados por los medicamentos y su período pueden provocar cambios de humor.
- La quimioterapia puede causarle una menopausia precoz. Es más probable que su período cese si tiene 40 años o más.

Sequedad vaginal

Muchas mujeres tienen sequedad vaginal después de la menopausia o debido a tratamientos hormonales. Esto puede hacer que el sexo con penetración sea doloroso o difícil. También puede hacer que sea más fácil contraer infecciones urinarias.

Qué puede hacer para ayudar contra la sequedad vaginal:

- Use lubricantes vaginales con regularidad, por ejemplo Replens[®], K-Y[®], Silk-E[®] o cápsulas de gel

de vitamina E.

- Use lubricantes durante la actividad sexual para reducir las molestias.
 - Use lubricantes a base de agua, como Astroglide[®], gel K-Y[®] o Liquid Silk.
- Haga que los juegos preliminares sean más largos. Esto puede hacer que aumente su excitación.
- Hable con su pareja sobre su sequedad vaginal. Asegúrese de que sepa que es un efecto secundario del tratamiento, no falta de deseo.
- Prueben distintas posiciones sexuales. Algunas pueden ser mejores que otras.
- Consulte a un especialista en nuestro Programa de Medicina Sexual Femenina y Salud de la Mujer. Para obtener más información o para programar una cita, llame al [646-888-5076](tel:646-888-5076).
- Para obtener más información, lea el recurso *Cómo mejorar la salud vulvovaginal* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/vaginal-health>).

Fertilidad y embarazo

Las mujeres no deben quedar embarazadas mientras ellas, o sus parejas, reciben quimioterapia o terapia hormonal. Estos tratamientos pueden provocar defectos de nacimiento. Incluso las mujeres cuyos períodos menstruales hayan cesado recientemente pueden estar en riesgo de quedar embarazadas por algún tiempo.

Las mujeres con cáncer de mama no deben usar anticonceptivos por vía oral. Los anticonceptivos por vía oral contienen estrógeno y progesterona. Estas hormonas pueden estimular el crecimiento de los tumores.

Los hombres y las mujeres que reciben quimioterapia deben usar métodos anticonceptivos de barrera (como condones, diafragmas o ambos). No confíe en evitar el sexo durante los períodos fértiles de su ciclo menstrual (el método del calendario). No es efectivo para prevenir el embarazo.

La quimioterapia o la terapia hormonal pueden causar infertilidad tanto en hombres como en mujeres. No siempre es permanente, pero a menudo lo es. Analice esto con su médico antes de comenzar el tratamiento. Es posible que pueda tomar medidas para preservar su fertilidad mediante el congelamiento de óvulos (para mujeres), espermatozoides (para hombres) o embriones. También puede leer los siguientes recursos para obtener más información:

- *Conservación de la fertilidad: opciones para mujeres que están empezando un tratamiento contra el cáncer* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment>)
- *El crecimiento de la familia después del tratamiento contra el cáncer: Información para hombres* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/building-family-information-men>)
- *El crecimiento de la familia después del tratamiento contra el cáncer: Información para mujeres* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/building-your-family-options-women-who-have-completed-treatment>)

Cómo hacer frente a sus emociones durante el tratamiento

Es muy común tener sentimientos nuevos y de desasosiego durante su tratamiento. Estos sentimientos son diferentes para cada persona, pero algunos comunes son:

- Sentirse triste, solo, ansioso o enojado.
- Sentirse agotado o inquieto.
- Cambios en su estado de ánimo a lo largo del día.

Qué puede hacer para ayudar a hacer frente a estas emociones:

- Hable con las personas con las que se siente cercano sobre sus sentimientos y los cambios que está experimentando. La comunicación abierta les ayudará a comprenderse mejor. Los amigos y la familia pueden darle apoyo y consuelo.
- Pida ayuda con cualquier cosa si la necesita. Acepte la ayuda que otros puedan ofrecerle.
- Comparta sus inquietudes con sus médicos y enfermeros. Estos podrán darle más información sobre los cambios emocionales que podría tener. También pueden derivarle a otros recursos.
- Programe una cita con el Centro de Orientación (Counseling Center) de MSK. Muchas personas piensan que la orientación les ayuda a controlar sus emociones durante el tratamiento contra el cáncer. Nuestros consejeros ofrecen ayuda a personas, parejas, familias y grupos. Hable con su proveedor de cuidados de la salud para obtener más información o llame al [646-888-0200](tel:646-888-0200).

Sobrevivencia

Aproximadamente de 2 a 5 años después de que finalice su tratamiento, es posible que su atención se transfiera de su médico a un enfermero practicante (NP) en sobrevivencia. Su NP en sobrevivencia será un integrante del equipo de cáncer de mama de MSK. Este profesional le examinará y ordenará pruebas, enfocándose en sus necesidades físicas y psicológicas a largo plazo. Su NP en sobrevivencia se comunicará con su médico local sobre su tratamiento y recuperación del cáncer de mama, de modo que con el tiempo, usted pueda transferir su atención a su médico local. Para obtener más información, lea el recurso *Cambio de la atención por cáncer de mama de MSK a su proveedor de atención primaria* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/transitioning-your-breast-care>).

Preguntas frecuentes

¿Alguien tiene que venir conmigo cada vez que tengo tratamiento?

Durante sus tratamientos, puede recibir medicamentos que pueden causarle mucho sueño. Si está recibiendo estos medicamentos, no sería seguro para usted conducir un automóvil o viajar solo. Puede ser útil que un amigo o familiar pueda recogerle al final de su tratamiento.

Después de su primer tratamiento, tendrá una mejor idea de cómo se siente y qué es lo que funciona mejor para usted. También puede preguntarle a su médico o enfermero si es probable que se sienta somnoliento después de recibir sus medicamentos.

¿Qué puedo comer antes y después de la quimioterapia? ¿Hay algún alimento que deba evitar?

Es mejor comer comidas pequeñas 4 a 5 veces al día antes de la quimioterapia para evitar sentirse demasiado llena durante su tratamiento. La seguridad de los alimentos también es importante durante el tratamiento. Evite la carne cruda o poco cocida, el pescado, las carnes de ave y los productos no pasteurizados. Pregunte a su enfermero si debe leer el recurso *Seguridad de los alimentos durante su tratamiento contra el cáncer* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/food-safety-during-cancer-treatment>).

Beba muchos líquidos sin cafeína antes y después de su cita de quimioterapia para mantenerse bien hidratada.

¿Todavía debo tomar mi medicamento contra las náuseas si no tengo náuseas?

Las náuseas y los vómitos pueden ocurrir el día que recibe quimioterapia o muchos días después de recibirla.

Si la quimioterapia que está recibiendo puede causarle náuseas, su médico le recetará medicamentos para reducirlas o prevenirlas. Siempre tome su medicamento contra las náuseas según las instrucciones. Algunos medicamentos funcionan mejor si los toma antes de tener náuseas. Si todavía tiene náuseas mientras toma su medicamento según las instrucciones, llame a su médico o enfermero.

¿Por qué no pude recibir mi tratamiento de quimioterapia cuando estaba programado?

La quimioterapia funciona tanto en células cancerosas como en células normales. Se supone que usted debe recibir sus tratamientos de quimioterapia en un horario establecido para que su cuerpo tenga tiempo de recuperarse entre los tratamientos. Esto permite que sus células normales sean reemplazadas. Es posible que su cuerpo necesite más tiempo para revertir los efectos de la terapia (como permitir que las úlceras bucales cicatricen o que los recuentos sanguíneos se normalicen).

Su médico decidirá si su quimioterapia debe reprogramarse y analizará las razones con usted.

Mi tratamiento de quimioterapia se retrasó porque mi ANC era bajo. ¿Qué es un ANC?

Un ANC es un recuento absoluto de neutrófilos. Un neutrófilo es un glóbulo blanco que ayuda a combatir las infecciones. El recuento ANC generalmente cae de 7 a 14 días después de recibir quimioterapia. Si su ANC está bajo, su médico puede retrasar su tratamiento hasta que vuelva a la normalidad. Esta es una precaución (medida de seguridad) para prevenir que contraiga una infección.

¿Hay algo que pueda hacer para aumentar mis recuentos sanguíneos?

Sus recuentos sanguíneos aumentarán nuevamente con el tiempo. Es posible que su médico le recete medicamentos para mantener o aumentar su recuento de glóbulos blancos. Por lo general, son inyecciones que se administran entre tratamientos. A veces, se retrasará su tratamiento para dar tiempo a que se recuperen sus recuentos sanguíneos.

No hay evidencia de que las vitaminas o una dieta especial aceleren la recuperación de sus recuentos sanguíneos. Sin embargo, si le dicen que tiene anemia (un recuento bajo de glóbulos rojos) y sus niveles de hierro son bajos, es posible que deba tomar suplementos de hierro. Su médico hablará de esto con usted.

Tengo escalofríos o fiebre por encima de 100.4 °F (38 °C), pero el consultorio del médico está cerrado. ¿Cómo puedo contactar a un médico?

Siempre puede contactar a un médico. Durante las tardes, los fines de semana o los feriados, llame al operador del hospital al [212-639-2000](tel:212-639-2000). Solicite el médico que cubre el consultorio de su proveedor de cuidados de la salud.

Todavía no he perdido mi cabello y mis recuentos no han disminuido. ¿Esto significa que la quimioterapia no está funcionando?

No tener efectos secundarios como caída del cabello, recuentos sanguíneos bajos o náuseas no significa que la quimioterapia no esté funcionando. Diferentes terapias causan diferentes efectos secundarios. Diferentes personas también tienen diferentes reacciones al mismo tratamiento. Su médico y enfermero

monitorearán su progreso y su reacción al tratamiento.

¿Qué puedo tomar para el dolor de cabeza?

Para el dolor de cabeza, puede tomar acetaminophen (Tylenol[®] o Extra Strength Tylenol[®]). Si siente que tiene fiebre o escalofríos, tómese la temperatura antes de tomar acetaminophen. Esto se debe a que el acetaminophen puede bajar la temperatura y ocultar la fiebre, que generalmente es el primer signo de infección. Llame a su médico o enfermero si tiene escalofríos o fiebre por encima de los 100.4 °F (38 °C).

Pregúntele a su médico o enfermero si puede tomar productos que contengan aspirin o ibuprofen. Estos a veces pueden aumentar la posibilidad de sangrado con algunas quimioterapias. Su enfermero puede darle una lista de productos que debe evitar.

He estado teniendo problemas para orinar. ¿Es normal?

Algunas quimioterapias pueden irritar la vejiga. Los efectos secundarios pueden ser tener urgencia para orinar, ardor al orinar o sangre en la orina. Estos pueden ser indicios de infección o irritación. Llame a su médico si tiene alguno de estos síntomas. Es posible que este quiera tomar una muestra de su orina y analizarla para ver si tiene una infección.

Es importante beber de 8 a 10 vasos de líquidos al día y orinar con frecuencia.

¿Puedo seguir tomando mis otros medicamentos de venta con receta?

En la mayoría de los casos, puede seguir tomando sus medicamentos de venta con receta. Infórmele a su médico los nombres de todos los medicamentos, hierbas y suplementos que tome. Esto incluye aquellos para los que necesita una receta y los que se pueden comprar sin receta.

Algunos medicamentos, hierbas o suplementos pueden cambiar la forma en que funciona la quimioterapia. No comience a tomar ningún medicamento nuevo antes de consultar a su médico.

¿Puedo tomar vitaminas o suplementos minerales?

Debe evitar la mayoría de los suplementos dietéticos de vitaminas, minerales, hierbas o de otro tipo. Estos pueden interferir con su tratamiento o afectar su cáncer. También pueden aumentar los efectos secundarios de su tratamiento. Hable con su médico o con su nutricionista dietista clínico sobre cualquier suplemento dietético de vitaminas, minerales, hierbas o de otro tipo que esté tomando o quiera tomar.

¿Puedo beber alcohol?

El hígado procesa los medicamentos de la quimioterapia y muchos otros medicamentos. El hígado también procesa el alcohol. Esto significa que beber alcohol mientras recibe quimioterapia puede:

- Limitar la capacidad del hígado para procesar la quimioterapia, lo que produce más efectos secundarios.
- Interactuar con algunos medicamentos y hacerlos menos efectivos.
- Hacer que el cuerpo pierda demasiada agua.
- Hacer que se sienta muy somnolienta.

Por estas razones, debe limitar el consumo de alcohol durante la quimioterapia. Si quiere beber alcohol, hable con su médico o enfermero.

¿Puedo hacerme un procedimiento dental?

No se realice ningún procedimiento que pueda causar sangrado, por ejemplo, un procedimiento dental. Esto puede permitir que las bacterias ingresen al torrente sanguíneo, lo que podría causar una infección. Si sus recuentos sanguíneos son bajos, también tiene un mayor riesgo de contraer una infección grave. Consulte a su médico antes de programar cualquier procedimiento dental, incluidas las limpiezas o las cirugías.

¿Puedo teñirme el cabello o hacerme una permanente?

No debería teñirse el cabello ni hacerse una permanente. Los productos químicos que se encuentran en las tinturas para el cabello y para las permanentes son irritantes para los folículos capilares. Esto puede acelerar la caída del cabello durante la quimioterapia. Si tiene que teñirse el cabello, hable primero con su médico.

¿El seguro cubre las pelucas?

Es posible que las personas que pierden el cabello debido al tratamiento contra el cáncer tengan cobertura de seguro para una peluca. Consulte con su compañía de seguro para averiguar detalles. Si desea una peluca y su seguro la cubrirá, pídale a su médico una receta para obtener una.

¿Puedo viajar mientras recibo quimioterapia?

Si bien a veces se permite viajar, se recomienda que intente planificar sus viajes en torno a su cronograma de quimioterapia. Es preferible que no se pierda ninguna de sus citas de quimioterapia. Si desea viajar, hable sobre esto con su proveedor de cuidados de la salud antes de hacer planes específicos.

¿Podré continuar trabajando durante el tratamiento?

Muchas personas con cáncer de mama continúan trabajando. El hecho de que pueda trabajar depende del tipo de trabajo que tenga, los efectos secundarios de su tratamiento y los síntomas de su cáncer de mama. Hable con su médico o enfermero si tiene problemas para trabajar o si desea dejar de trabajar por un tiempo.

Voluntades anticipadas

Las voluntades anticipadas implican proteger su derecho a tomar decisiones sobre su atención médica. Las voluntades anticipadas le permiten pensar en problemas de salud importantes cuando está sana y no necesita tomar estas decisiones de inmediato.

Planificar su atención cuando no está bajo demasiado estrés emocional le ayudará a obtener la atención que desea si no puede tomar decisiones por su cuenta. Planificar con anticipación ayuda a que sus seres queridos se sientan cómodos porque no tienen que adivinar lo que usted querría ni preocuparse de haber tomado la decisión correcta.

Le recomendamos que hable con un integrante de su equipo de atención médica sobre sus deseos al comienzo de su tratamiento y cada vez que sienta que las cosas han cambiado. Esta persona podrá ayudarle a asegurarse de que sus elecciones estén documentadas de una manera reconocida por la ley.

Las instrucciones escritas sobre cómo desea que se tomen las decisiones médicas si no puede comunicarse o si no puede tomar las decisiones usted misma se denominan directivas anticipadas. Los 2 tipos más comunes de directivas anticipadas son un Poder de representación en cuestiones de atención médica y un testamento en vida.

- Un Poder de representación en cuestiones de atención médica es un documento legal que identifica a la persona que usted desea que tome decisiones médicas en su nombre si no puede tomarlas usted misma.
- Un testamento en vida es un documento que expresa sus deseos sobre su atención médica. Entra en vigencia si usted tiene una afección irreversible que le impide tomar sus propias decisiones médicas, como por ejemplo si se enferma de manera terminal o si queda inconsciente de manera permanente. En el documento, usted especifica qué tratamientos desea o no desea recibir si se encuentra en esta situación.

Hable con su enfermero si está interesado en completar un formulario Health Care Proxy. También puede leer los recursos *Planificación anticipada de la atención médica* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/advance-care-planning>) y *Cómo ser un agente de atención médica* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent>) para obtener información acerca de los formularios Health Care Proxy, otras directivas anticipadas y la función de ser agente de atención médica.

Díganos qué piensa

Díganos qué piensa

Sus opiniones nos ayudarán a mejorar la información que brindamos a los pacientes y cuidadores.

Preguntas de la encuesta

Questions **Sí** **En cierto modo** **No**

¿Esta información fue fácil de entender? Sí En cierto modo No

¿Qué podríamos haber explicado mejor?

Enviar

Última actualización

Martes, Septiembre 28, 2021

Si tienes preguntas, contacta a un integrante del equipo de atención médica directamente. Si eres paciente de MSK y necesitas comunicarte con un proveedor después de las 5:00 pm, durante el fin de semana o un día feriado, llama al 212-639-2000.

Si tienes preguntas, contacta a un integrante del equipo de atención médica directamente. Si eres paciente de MSK y necesitas comunicarte con un proveedor después de las 5:00 pm, durante el fin de semana o un día feriado, llama al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visita www.mskcc.org/pe y busca en nuestra biblioteca virtual.

Adjuvant Therapy for Breast Cancer - Last updated on September 28, 2021

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center