

Fundamentos de la navegación del cáncer para Trabajadores de Salud Comunitaria

Los Trabajadores de Salud Comunitaria desempeñan un papel importante a la hora de ayudar a una persona a superar un diagnóstico de cáncer. Esta Guía rápida para trabajadores de salud comunitaria los ayudara a:

- 1** Comprender los términos clave sobre el cáncer para poder explicárselos claramente a los demás.
- 2** Proporcionar una navegación de calidad a todas las personas afectadas por el cáncer.

Términos y explicaciones relacionados con el cáncer a lo largo de la experiencia con el diagnóstico oncológico

DIAGNÓSTICO

Estadios del cáncer: Un estadio del cáncer se refiere a la extensión del cáncer, y viene determinado por el tamaño del cáncer, su crecimiento, su localización y si se ha extendido desde su ubicación original. Conocer el estadio del cáncer puede ayudar a comprender la gravedad del diagnóstico y las probabilidades de supervivencia, determinar un plan de tratamiento e identificar ensayos clínicos que pueden ser buenas opciones.

Cáncer metastásico frente a cáncer no metastásico: Metastásico significa que el cáncer se ha extendido desde su localización original a otras partes del cuerpo. No metastásico significa que el cáncer no se ha extendido desde su localización original a otras partes del cuerpo.

Detección de problemas de salud mental: El cribado de angustia identifica a las personas con riesgo de padecer problemas de salud mental, como ansiedad o depresión. Si no se abordan, pueden dar lugar a malos resultados clínicos, incluida una menor calidad de vida. En el caso de las personas que se enfrentan a un diagnóstico de cáncer, es especialmente importante detectar estos problemas, ya que corren un riesgo mayor que la población general de sufrir ansiedad y depresión.

Pruebas de biomarcadores: Un biomarcador es un signo de enfermedad o función anormal que puede medirse en la sangre, los tejidos o los fluidos corporales. En el cáncer, los biomarcadores se utilizan a menudo para ayudar a elegir el mejor tratamiento para usted.

PREVENCIÓN/DETECCIÓN

Estilo de vida saludable: Aunque no todos los cánceres pueden prevenirse, tomar decisiones saludables como seguir una dieta equilibrada, mover el cuerpo con regularidad y establecer fuertes lazos comunitarios puede ayudar a proteger contra el cáncer.

Genética y factores de riesgo del cáncer - La genética desempeña un papel en el cáncer, pero sólo entre el 5% y el 10% de todos los casos de cáncer se dan en personas que han heredado una mutación genética que aumenta el riesgo de cáncer. Las pruebas genéticas pueden ser una parte importante de la prevención o detección precoz del cáncer.

Pruebas: Las pruebas del cáncer pueden ayudar a detectar algunos tipos de cáncer antes de que provoquen síntomas, cuando el cáncer puede tratarse más fácilmente. Para ciertos tipos de cáncer, los autoexámenes también pueden ser una práctica útil. Actualmente, sólo existen pruebas de detección precoz para 5 tipos de cáncer:

Tipo de Cáncer	Prueba de Detección
cáncer colorrectal	Colonoscopia
cáncer de cuello uterino	Prueba de Papanicolaou
cáncer de mama	Mamografía
cáncer de pulmón	Tomografía computarizada (TC) en espiral
cáncer de próstata	Prueba del antígeno prostático específico (PSA)

TRATAMIENTO

Quimioterapia: La quimioterapia es un tratamiento que utiliza fármacos para destruir o dañar las células de crecimiento rápido, como las cancerosas. Se utiliza para reducir el tamaño de los tumores, ralentizar el crecimiento del cáncer, aliviar los síntomas o ayudar a vivir más tiempo. Los fármacos quimioterápicos se administran de distintas formas (por vía intravenosa, oral mediante una píldora o por inyección).

Radiación: La radioterapia utiliza rayos X de alta energía u otros tipos de radiación para destruir las células cancerosas o impedir que crezcan. El paciente recibirá radioterapia interna o externa en función del tipo y el estadio del cáncer que se esté tratando.

Inmunoterapia: La inmunoterapia es un tipo de tratamiento contra el cáncer que utiliza las defensas naturales del organismo (sistema inmunitario) para identificar, atacar y destruir las células cancerosas.

Ensayos clínicos: Los ensayos clínicos se utilizan para averiguar si un nuevo tratamiento es eficaz y pueden ser una buena opción para las personas interesadas en acceder a los tratamientos más novedosos contra el cáncer, diagnosticadas en una fase avanzada, que ya no responden a otros tratamientos o que tienen un alto riesgo de recidiva o propagación después del tratamiento primario.



SUPERVIVENCIA

La palabra supervivencia significa cosas diferentes para cada persona. La Coalición Nacional para la Supervivencia al Cáncer define a un superviviente de cáncer como alguien que vive con, a través y más allá del cáncer. Otras definiciones se centran en el tiempo que transcurre desde el tratamiento activo hasta el resto de la vida. La atención de los supervivientes pasa del tratamiento a los cuidados de seguimiento.

Tipos de cáncer

1

Pecho

2

Próstata

3

Pulmón

4

Colon y recto

5

Melanoma

RECURRENCIA

Recurrencia significa el regreso del cáncer. El miedo a que el cáncer reaparezca es normal. Anime a la gente a mantenerse en comunicación con su equipo médico e informar de cualquier nuevo signo o síntoma que dure más de dos semanas.

Miembros clave del equipo de apoyo

Su equipo de salud incluirá médicos, enfermeras, trabajadores sociales y otros profesionales que trabajan juntos. Esto suele denominarse "atención multidisciplinaria". Es importante trabajar con un equipo de atención "multidisciplinaria" porque cada profesional aportará conocimientos especializados y un conjunto diferente de habilidades. Disponer de un conjunto de habilidades diversas será útil a la hora de decidir cuál es la mejor manera de tratar su cáncer y controlar los efectos secundarios.

Un paciente de cáncer tendrá muchos miembros en su equipo de atención del cáncer y los miembros del equipo de atención pueden variar en diferentes puntos del viaje del cáncer. Estos miembros pueden ser:

Especialistas en Oncología: Oncólogo, Oncólogo radioterapeuta, Oncólogo cirujano, Enfermero oncólogo, Farmacéutico oncólogo, Dietista/nutricionista oncólogo.

Otros profesionales comunitarios Nutricionista/ Dietista, Especialista en Ejercicio, Enfermera de Navegación, Médico de Atención Primaria, Fisioterapeutas y Terapeutas Ocupacionales.

Apoyo ampliado: Proveedores de salud mental, especialistas en salud integral (masajes, acupuntura), especialista en linfedema, trabajadores de salud comunitaria, navegador financiero, trabajador social.

Comunidad y redes de apoyo: Líderes religiosos, cuidadores, grupos de apoyo, familiares y amigos.



Tres cosas que los Trabajadores de Salud Comunitaria pueden hacer para apoyar mejor a las personas afectadas por el cáncer:

1

Eduque a los pacientes con información que inspire esperanza. Por ejemplo, para animar a un paciente a someterse a su prueba anual, podría compartir una estadística sobre el porcentaje de personas que reciben un diagnóstico de una prueba, el % de pacientes que se recuperan de un diagnóstico y/o el % de pacientes que experimentan una recurrencia.



2

Anime a los pacientes a prepararse y acudir a sus citas, tanto durante como después del tratamiento. Las dos o tres semanas previas a la cita son un momento importante para que los pacientes planifiquen la logística de la asistencia, como el transporte, así como el apoyo a su salud mental.

3

Proporcionar a los pacientes los recursos necesarios para tomar decisiones sobre sus cuidados. Esto incluye información para mejorar la comunicación con los equipos de salud, tomar decisiones sobre el tratamiento y hacer frente al coste del cáncer.



Recursos clave

Línea Nacional de Prevención del Suicidio (EE. UU.)

800-273-8255 o 988

Servicio de Prevención del Suicidio (Canadá)

833-456-4566 o SMS 45645

AONN+

<https://aonnonline.org/>

Sociedad Americana contra el Cáncer

800-227-2345

www.Cancer.org

Comunidad de Apoyo Contra el Cáncer

1-888-793-9355

www.CancerSupportCommunity.org

Línea de ayuda contra el cáncer

¿Tiene preguntas, dudas o busca recursos? Llame al teléfono gratuito de ayuda del CSC (888-793-9355), disponible en 200 idiomas de lunes a jueves, de 11.00 a 20.00 h, hora del Este, y los viernes, de 11.00 a 18.00 h, hora del Este.

Hablando francamente sobre el cáncer

Los pacientes de cáncer y sus seres queridos disponen de información fiable a través de publicaciones y programas en línea y presenciales.

<https://orders.cancersupportcommunity.org/>

Red Nacional Integral del Cáncer

www.nccn.org

Alianza Nacional de Cuidadores

www.Caregiving.org

CSC locales y Gilda's Clubs

Con la ayuda de casi 200 sedes, el CSC y las filiales de Gilda's Club prestan servicios gratuitos a las personas afectadas por el cáncer. Asista a grupos de apoyo, sesiones educativas, programas de bienestar y mucho más:

www.CancerSupportCommunity.org/FindLocation-Near-You

Abierto a opciones

¿Preparándose para su próxima cita? Nuestros especialistas formados pueden ayudarle a crear una lista de preguntas para compartir con su médico. Concierte una cita llamando al 888-793-9355 o poniéndose en contacto con su CSC o Gilda's Club local.

Esta publicación fue posible gracias al generoso apoyo de:



The Sheri and Les
BILLER FAMILY FOUNDATION



Traído a usted por:

