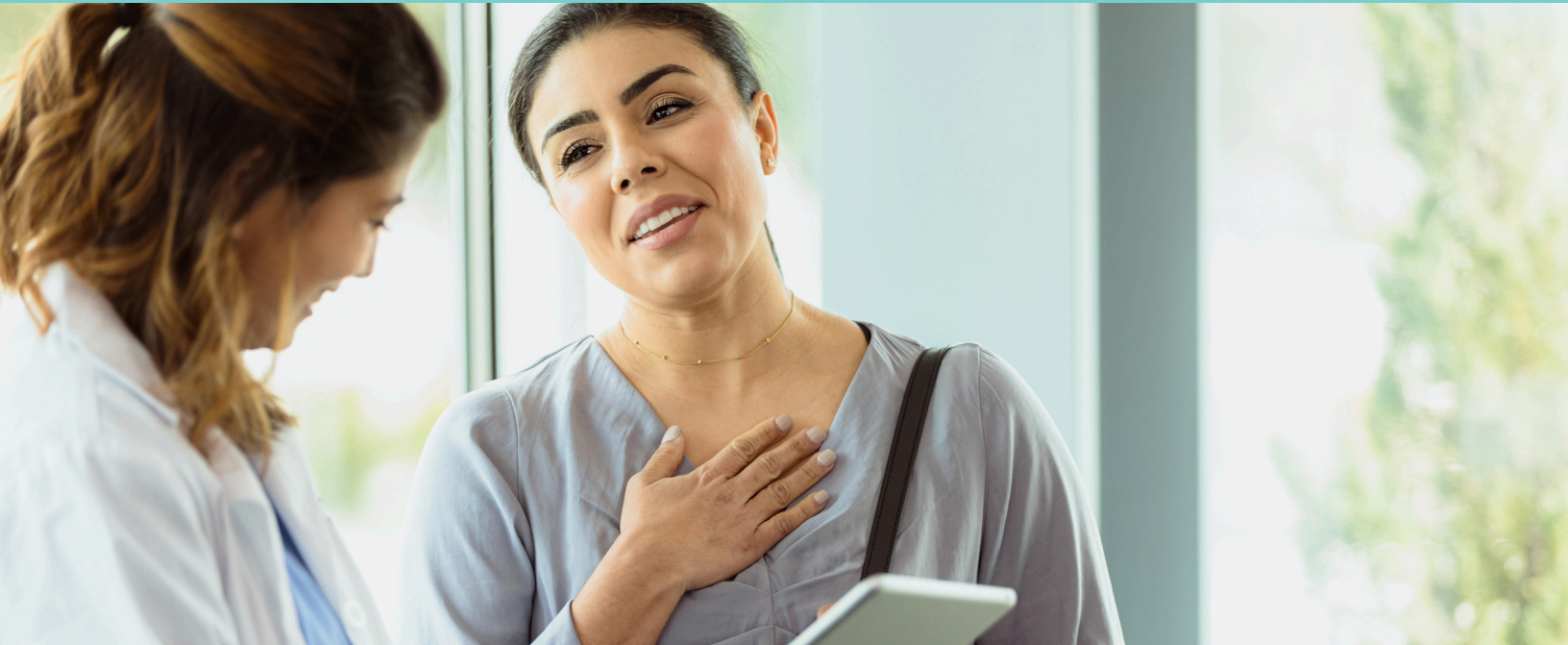


Hablando sobre el cáncer de cuello uterino

Una guía para hablar sobre su diagnóstico y tratamiento con su equipo de cuidado del cáncer

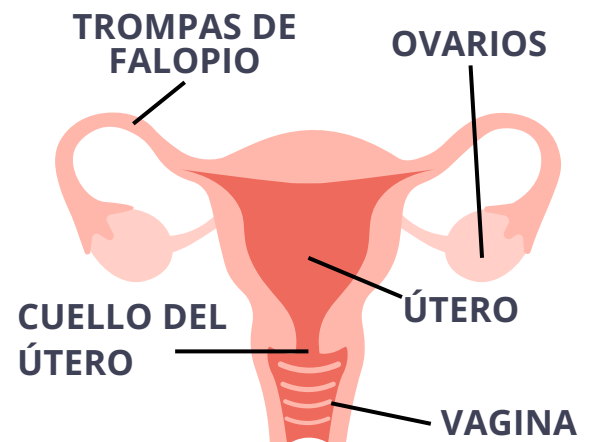


Recibir un diagnóstico de cáncer de cuello uterino puede ser abrumador. Esta guía puede serle de ayuda para tomar el control y tener conversaciones más seguras e informadas con su equipo de cuidado médico después de un diagnóstico.

En el interior encontrará:

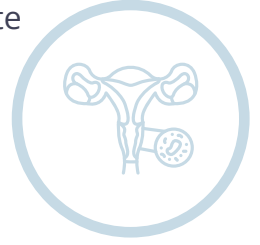
- Una descripción general clara del cáncer de cuello uterino y sus opciones de tratamiento
- Preguntas clave para hacerle a sus médicos y al equipo de cuidado
- Una hoja de trabajo que le ayudará a identificar sus objetivos y prioridades
- Recursos confiables de información y apoyo

Utilice esta guía para obtener las respuestas que necesita y tomar decisiones que se sientan adecuadas para usted.



¿QUÉ ES EL CÁNCER DE CUELLO UTERINO?

El cáncer de cuello uterino se forma en los tejidos del cuello uterino, que es la parte inferior del útero que se conecta con la vagina.



Las pruebas de detección preventivas regulares, como las pruebas de Papanicolaou, las pruebas del virus del papiloma humano (VPH), incluida la auto recolección del VPH (una muestra vaginal que puede hacerse usted misma en un entorno privado), pueden detectar displasia cervical (precáncer) o cáncer cervical temprano. El cáncer de cuello uterino es más tratable cuando se detecta temprano. La infección por el VPH es la causa más frecuente de cáncer de cuello uterino y representa más del 95 % de los casos. El VPH es el nombre de un grupo de más de 100 virus relacionados. La mayoría de los cánceres de cuello uterino y otros cánceres asociados al VPH pueden prevenirse con la vacuna contra el VPH.



Para obtener más información sobre el cáncer de cuello uterino, visite www.CancerSupportCommunity.org/Espanol/Cancer-De-Cuello-Uterino.

CONSEJOS PARA ASUMIR EL CONTROL



Anote las preguntas antes de cada consulta con el médico. Lleve un cuaderno para tomar notas o utilice esta guía de recursos para hacer un seguimiento de cómo progresa con el tiempo.



Vaya acompañada a las citas, para recibir apoyo y tener un par de ojos y oídos adicionales. Si asiste sola, tome notas o pregunte si puede grabar la conversación; siempre consulte a su médico primero para asegurarse de que esté permitido hacer grabaciones.



Pídale a su médico que le explique todo lo que no entienda cuando hable sobre su cáncer. El médico debería poder encontrar otras maneras de expresarse para que usted comprenda mejor el diagnóstico de cáncer y las opciones de tratamiento. Pregunte si puede proporcionarle material impreso que le ayude a usted y a sus cuidadores a entender. Puede ponerse en contacto con su equipo de cuidado médico en cualquier momento si desea más información o claridad.



Sea proactiva con respecto al costo. Antes de comenzar el tratamiento, tómese un momento para hablar de sus inquietudes económicas con su equipo de cuidado médico o su asesor financiero. Puede explorar opciones para administrar los costos, comprender qué esperar y encontrar recursos que pueden ayudar a aliviar la carga financiera, para que pueda concentrarse en lo que más importa: su cuidado y recuperación.



La experiencia de cada persona con cáncer es diferente. Los médicos utilizarán diferentes pruebas de imágenes y exámenes para diagnosticar el cáncer de cuello uterino. Estas pruebas también pueden ayudar a comprobar si el cáncer se ha extendido a otras partes del cuerpo y planificar el tratamiento en adelante. Si se detecta temprano, el cáncer de cuello uterino puede ser más fácil de tratar.



PREGUNTAS SOBRE SU DIAGNÓSTICO

¿Cuál es el estadio del cáncer?

¿Dónde se encuentra el cáncer?

¿Se ha extendido el cáncer? ¿Se considera que el cáncer está “avanzado”?

¿Cuáles son las diferentes opciones de tratamiento?

¿La probabilidad de que el cáncer regrese es alta?

TRABAJE CON SU EQUIPO DE CUIDADO

El tratamiento del cáncer es complicado. Siempre está cambiando a medida que se hacen nuevos descubrimientos. Usted merece un equipo de cuidado médico en el que confíe para brindarle la mejor atención posible. Su equipo puede incluir médicos, enfermeros, trabajadores sociales y otros expertos en cuidado médico que trabajan juntos. Esto a menudo se denomina “cuidado multidisciplinario”.

Es importante poder confiar en su equipo de cuidado y hablar abiertamente sobre su tratamiento. Es posible que tenga muchas opciones para su tratamiento, así que hágalas saber lo que le importa. Haga preguntas, comparta sus preocupaciones y diga si algo no le parece bien. Debe sentirse escuchada y apoyada durante su experiencia del cáncer.

OBTENER UNA SEGUNDA OPINIÓN

Si siente que el médico no aborda sus necesidades o sus inquietudes, considere consultar a otro médico. Obtener una segunda opinión le permite saber si otro equipo médico está de acuerdo con el diagnóstico y el plan de tratamiento. Otros equipos o centros de atención médica podrían ofrecer opciones de tratamiento diferentes. También pueden ofrecer otras alternativas de cuidado de apoyo que son importantes para usted. **No se preocupe por herir sentimientos.** Es importante que se sienta cómoda con el equipo encargado de su tratamiento. Solo recuerde que, si decide buscar otras opiniones, actuar a tiempo es clave cuando se trata del cáncer.



TRATAMIENTO DEL CÁNCER DE CUELLO UTERINO

El tratamiento del cáncer de cuello uterino depende de:

- el estadio del cáncer que padece;
- la rapidez con la que crece;
- su estado de salud general;
- sus objetivos y preferencias personales;
- su deseo de preservar la fertilidad.



A continuación se indican las opciones de tratamiento que podría sugerir su equipo de cuidado médico:

Cirugía: Un cirujano extirpa cualquier tejido cercano en el cuerpo que contenga células cancerosas, lo que generalmente implica una histerectomía (una cirugía que extirpa el útero y el cuello uterino) y la extracción de ganglios linfáticos. La cirugía puede utilizarse para tratar tumores en Estadio I.

Radioterapia: La radioterapia es el uso de rayos de alta energía para destruir o dañar las células cancerosas. Los tratamientos de radioterapia se utilizan habitualmente en pacientes con cáncer de cuello uterino en estadios iniciales y avanzados, ya que son muy eficaces. El cáncer de cuello uterino en estadio inicial puede tratarse con radioterapia, con o sin cirugía, y la radioterapia también se utiliza cuando la cirugía no es una opción. Es posible que reciba radiación externa de una máquina grande dirigida a la pelvis. Esto puede combinarse con radiación interna, denominada braquiterapia, en la que se coloca un tubo delgado dentro de la vagina para administrar el tratamiento.

Quimioterapia: La quimioterapia (o quimio) utiliza medicamentos para destruir o dañar las células de crecimiento rápido, como las células cancerosas. La quimioterapia para el cáncer de cuello uterino se suele administrar a través de una vena. En ocasiones se combina con radioterapia.

Tratamiento dirigido: En la terapia dirigida, se utilizan medicamentos para actuar sobre modificaciones específicas en las células cancerosas que las ayudan a crecer, dividirse y propagarse. Los medicamentos de terapia dirigida están diseñados para ser más precisos. Combaten las células cancerosas causando menos daño a otras células del cuerpo. Existen diferentes tipos de terapias dirigidas para tratar el cáncer de cuello uterino.

Inmunoterapia: La inmunoterapia trabaja con el sistema inmune del cuerpo para identificar, atacar y destruir las células cancerosas. Estos medicamentos pueden funcionar de diferentes maneras. Algunos refuerzan el sistema inmune para que pueda combatir mejor el cáncer. Otros medicamentos de inmunoterapia ayudan al sistema inmune a reconocer mejor las células cancerosas.



¿QUÉ SON LOS ENSAYOS CLÍNICOS?

Considere la posibilidad de hablar con el equipo de cuidado médico sobre esta opción. Los ensayos clínicos son estudios de investigación. Un ensayo clínico puede formar parte de su plan de tratamiento en cualquier momento; no es una opción de último recurso. Nos ayudan a conocer nuevas y mejores formas de tratar el cáncer. Un ensayo clínico puede ser la única forma de acceder a una nueva y prometedora opción de tratamiento.

Para obtener más información sobre los ensayos clínicos, visite www.CancerSupportCommunity.org/Clinical-Trials.

SEGUIMIENTO DE LOS EFECTOS SECUNDARIOS

Es útil conocer más sobre los posibles efectos secundarios del tratamiento antes de comenzar. Así sabrá qué esperar. Cuando cuenta con más información, puede trabajar con su equipo de cuidado para manejar mejor cualquier síntoma durante el tratamiento y después de este. Notifique cualquier efecto secundario a su equipo de cuidado médico a medida que lo experimente, para que puedan comprender cómo responde su organismo al tratamiento y ofrecer opciones para proporcionarle alivio.

A continuación, se indican los posibles efectos secundarios del tratamiento que pueden experimentar las personas con cáncer de cuello uterino. Piense en cuán intensos han sido y con qué frecuencia le han afectado desde su última visita médica, si es que lo han hecho. Hable con el equipo de cuidado médico sobre la mejor manera de controlarlos.

	Rara vez	A veces	Todo el tiempo
Fatiga (cansancio intenso) o debilidad			
Dolor (general o en una zona específica)			
Sofocos, migrañas u otros signos de menopausia			
Problemas digestivos (náuseas, disminución del apetito, diarrea, estreñimiento, sensación de urgencia, molestias)			
Pérdida del deseo sexual, problemas de intimidad o molestias urinarias			
Alteraciones del gusto o el apetito, dolor/lagas en la boca, deshidratación			
Pérdida o aumento de peso, pérdida de masa muscular, hinchazón (linfedema)			



	Rara vez	A veces	Todo el tiempo
Dificultad para pensar con claridad o recordar (niebla mental o “cerebro de quimio”)			
Cambios en el estado de ánimo (sensación de preocupación, ansiedad, agobio, depresión)			
Otros efectos secundarios no mencionados aquí:			

Hay recursos que pueden ayudar. Visite www.CancerSupportCommunity.org/Cancer-Treatment-Side-Effects para obtener más información sobre cómo controlar los efectos secundarios del tratamiento.

CUIDADOS PALIATIVOS

Los cuidados paliativos son un tipo de apoyo que le ayuda a sentirse mejor durante o después del tratamiento para el cáncer. Se centra en aliviar los síntomas, como el dolor o el cansancio. Un especialista en cuidados paliativos puede ayudarle a manejar los efectos secundarios y a sentirse más cómodo.

Los cuidados paliativos son diferentes de los cuidados terminales. Están disponibles en cualquier momento a lo largo de la experiencia del cáncer, tan pronto como desde el momento en que se le diagnostica. Están disponibles para las personas en cualquier estadio de cáncer y usted podrá recibirlos al mismo tiempo que recibe el tratamiento para el cáncer. El objetivo de estos cuidados es que viva lo mejor posible durante su experiencia con el cáncer.

Para obtener más información sobre los cuidados paliativos y otras opciones de atención de apoyo, consulte el recurso de la CSC, www.CancerSupportCommunity.org/Treatment-Options-Cancer





PIENSE EN EL TRATAMIENTO Y EN LOS OBJETIVOS PERSONALES

Cuando hable con su médico sobre sus opciones de tratamiento, pregúntele cómo cada una podría afectar su vida personal y sus objetivos. Si opta por no recibir tratamiento, piense en el tipo de cuidado que le ayudará a sentirse cómoda y a alcanzar sus objetivos.

Algunos objetivos personales pueden ser:

- Estar ahí para un evento/hito especial
- Vivir tanto y tan bien como pueda
- Convertirse en defensora y ayudar a los demás compartiendo su experiencia
- Participar en una investigación

Informe a todos los miembros de su equipo de cuidado médico sobre sus opciones de tratamiento y objetivos personales. Sus objetivos pueden cambiar con el tiempo, y es algo normal. Notifique a su equipo de cuidado si se producen cambios para que puedan brindarle el mejor apoyo posible.

ESTABLEZCA SUS OBJETIVOS PERSONALES PARA EL TRATAMIENTO

Estas son algunas preguntas que debe considerar y analizar con su médico, cuando piensa en sus objetivos personales y de tratamiento. También puede resultarle útil hablar sobre sus metas con su familia y sus seres queridos primero.

Salud y bienestar físico, emocional y sexual

- ¿Qué es lo que más le interesa poder hacer y sentir?
- ¿Qué desea poder hacer físicamente durante el tratamiento o después de este?
- ¿Qué síntomas o efectos secundarios desea evitar o controlar?
- ¿Qué importancia tiene mantener la fertilidad y la salud sexual?
- ¿Cómo es para usted sentirse “emocionalmente bien”?

Relaciones familiares y sociales

- ¿Qué les está ocurriendo a los demás que es importante para usted?
- ¿Hay personas en su vida a las que quiera dedicar más tiempo o apoyo?
- ¿Hay eventos o hitos familiares para los que desea estar presente?
- ¿Cómo puede mantener relaciones significativas durante el tratamiento?
- ¿Quién desea que tome decisiones médicas por usted si no puede hacerlo?

Trabajo/escuela/casa

- ¿Quiere o necesita seguir trabajando o asistiendo a clases? ¿Qué tipo de apoyo o cambios le ayudarán con esto?
- ¿Qué cambios podrían ayudarle a equilibrar el tratamiento con sus responsabilidades?
- ¿Qué tipo de ayuda necesita en casa o con las tareas diarias?

Apoyo social y participación de la comunidad

- ¿Recibe el apoyo que necesita de amigos, familiares o de la comunidad?
- ¿Cómo sería un buen apoyo para usted en este momento?
- ¿Es importante involucrarse o permanecer involucrado en su comunidad, grupos de apoyo o defensa?

Crecimiento personal y espiritual

- ¿Está atendiendo su vida espiritual y emocional?
- ¿Qué prácticas espirituales y de bienestar son importantes para usted? ¿Existen prácticas o creencias espirituales que le reconforten?
- ¿Qué le ayuda a sentirse conectada con algo más grande que usted?
- ¿En qué objetivos personales o emocionales desea centrarse?

Otro

- ¿Qué más es importante para usted?





PREGUNTAS PARA HACERLE A SU MÉDICO SOBRE EL TRATAMIENTO Y SUS OBJETIVOS

¿Cuáles son las opciones de tratamiento?

¿Cuáles son los beneficios y los riesgos de cada opción de tratamiento disponible para mí?
¿Qué efectos secundarios debo tener en cuenta durante, inmediatamente después y a largo plazo después del tratamiento?

¿Hay otras opciones de tratamiento que funcionen igual de bien pero costarían menos dinero?

¿Hay ensayos clínicos que puedan ayudarme?

¿Cambiará mi capacidad para mantener relaciones sexuales o tener hijos durante el tratamiento?

Los síntomas y efectos secundarios que más me molestan son (véanse las respuestas anteriores):

- Estos efectos secundarios afectan mi vida diaria de las siguientes maneras:
- ¿Qué podemos hacer para controlar estos efectos secundarios?

Mis principales objetivos del tratamiento son (véanse las respuestas anteriores):

¿Puedo seguir trabajando o asistiendo a clases durante el tratamiento?

¿Qué puedo hacer para mantenerme activa y sentirme mejor?

¿Hay algún grupo de apoyo o trabajador social con el que pueda hablar sobre mis experiencias?

¿Con quién puedo hablar si me siento abrumada o deprimida?

APOYO FINANCIERO

Incluso si tiene un plan de cuidado médico, el tratamiento del cáncer y otros gastos relacionados durante su experiencia pueden ser costosos. Seguir el ritmo de estos costos puede resultar muy complicado. Sin embargo, hay muchos recursos que pueden ayudar.



Hable con su equipo de cuidado y con su farmacéutico sobre cuánto costará su tratamiento.



Pídale a su médico que lo refiera a un trabajador social oncológico, un asesor financiero o una organización sin fines de lucro para que le ayuden a afrontar los costos y problemas financieros.



Comuníquese con su plan de cuidado médico o seguro para averiguar qué recursos tiene que podrían ayudarle.



Averigüe si hay programas de compañías farmacéuticas que pueden ayudarle a pagar sus medicamentos y pregunte qué necesita para ser elegible.



Si su centro de tratamiento está lejos de su casa, pregunte si hay programas de asistencia para ayudarle a cubrir los costos del viaje.

Para obtener más información sobre las formas de controlar el costo del tratamiento, visite: www.CancerSupportCommunity.org/Managing-Cost-Cancer-Treatment.



CÓMO OBTENER APOYO

- Piense en las personas que le rodean que pueden ayudar (su cónyuge o pareja, amigos, vecinos, comunidad religiosa, grupo de ayuda o compañeros de trabajo).
- Haga una lista de las cosas con las que necesita ayuda (cuidado infantil, preparación de comidas, lavandería, etc.) y anote quién puede ayudarle con cada tarea. Considere visitar **www.MyLifeLine.org/Es** para mantenerse organizado e informar a sus amigos lo que necesita.
- Pregunte a su equipo de cuidado médico sobre los recursos para obtener apoyo social, emocional y práctico. También puede solicitar un mentor o que se lo contacte con otra persona con cáncer de cuello uterino.
- Si busca información en línea, asegúrese de visitar sitios web de confianza.

Revise el final de esta guía para ver una lista de organizaciones de confianza. La Cancer Support Community y muchas otras organizaciones cuentan con líneas de ayuda, grupos de ayuda, foros de debate en línea y otras formas de recibir apoyo por parte de otras personas que tienen cáncer.

RECURSOS

RECURSOS PARA EL CÁNCER DE CUELLO UTERINO

Cancer Support Community

888-793-9355 · www.CancerSupportCommunity.org/Es/Cancer-De-Cuello-Uterino

Cervivor, Inc

www.Cervivor.org

American Cancer Society

www.Cancer.org/Es/Cancer/Prevencion-Del-Riesgo/VPH/Vacuna-El-VPH.html

Foundation for Women's Cancer

www.FoundationForWomensCancer.org

SHARE Cancer Support

844-275-7427 · www.Latina.ShareCancerSupport.org

National Cancer Institute (NCI)

800-422-6237 · www.Cancer.gov/Espanol/Tipos/Cuello-Uterino

NCI's Clinical Trials Registry

800-422-6237 · www.Cancer.gov/Espanol/Investigacion/Participe/Estudios-Clinicos



RECURSOS DE CANCER SUPPORT COMMUNITY

Cancer Support Helpline® — ¿Tiene preguntas, inquietudes o busca recursos? Llame a la línea de ayuda gratuita de apoyo para el cáncer de CSC (888-793-9355), disponible en 200 idiomas de lunes a jueves de 11 am a 8 pm ET y viernes 11 am a 6 pm ET.

Open to Options® — ¿Necesita ayuda para tomar decisiones sobre el tratamiento del cáncer? Nuestros especialistas capacitados pueden ayudarlo a crear una lista de preguntas para compartir con su médico. Haga una cita llamando al 888-793-9355 o comunicándose con su CSC o Club de Gilda más cercano.

Frankly Speaking about Cancer® — Información confiable para pacientes con cáncer y sus seres queridos está disponible a través de publicaciones en línea y programas en persona en

www.CancerSupportCommunity.org/Frankly-Speaking-About-Cancer-En-Espanol

Servicios en los CSC locales y Clubes de Gilda — Con la ayuda de 200 ubicaciones, los centros de CSC y Clubes de Gilda brindan servicios gratuitos a las personas afectadas por el cáncer. Asista a grupos de apoyo, sesiones educativas, programas de bienestar y más en la filial más cercana a su domicilio. Utilice el mapa interactivo para encontrar ubicaciones cerca de usted.

www.CancerSupportCommunity.org/Find-Location-Near-You

Cancer Experience Registry® — Ayude a otros compartiendo la experiencia como paciente o cuidador de un ser querido con cáncer mediante una encuesta en

www.CancerExperienceRegistry.org

MyLifeLine® — La comunidad segura y en línea de CSC le da la bienvenida a cualquier persona afectada por cáncer para que pueda relacionarse fácilmente con la comunidad y reducir los sentimientos de estrés, ansiedad y aislamiento. Cree una página en línea para su red personal e invite a amigos y familiares a seguir su recorrido. Participe en nuestros foros de discusión en cualquier momento del día para conocer a otros como usted que entienden por lo que está pasando. Únase ahora en

www.MyLifeLine.org/Es

Grassroots Network — Asegúrese de que los responsables de las políticas federales y estatales escuchen su opinión sobre los problemas que afectan a los pacientes y sobrevivientes de cáncer al unirse a nuestra red en

www.CancerSupportCommunity.org/Become-Advocate

Este folleto está disponible para descargar e imprimir en www.CancerSupportCommunity.org/Es/Cancer-De-Cuello-Uterino.

Para obtener copias impresas de esta publicación u otra información sobre cómo afrontar el cáncer, visite Orders.CancerSupportCommunity.org.

Frankly Speaking About Cancer: Socio del programa de cáncer de cuello uterino:



Esta publicación fue posible gracias al generoso apoyo de:



Cancer Support Community brinda esta información como un servicio. Esta publicación no pretende reemplazar la atención médica o el consejo de su médico. Le recomendamos encarecidamente que consulte con su médico u otros profesionales de la salud para responder preguntas y obtener más información.

Las fotos son imágenes de stock posadas por modelos.

Traído a usted por:

