

INCan
cuida **más**



Módulo 1

Aprendiendo sobre el cáncer



INCan
cuida**más**



Módulo 1

Aprendiendo sobre el cáncer



Índice

Presentación	4
¿Qué es el cáncer?	5
Un equipo y muchos profesionales	6
Hablando sobre la quimioterapia	7
¿Qué esperar de los efectos secundarios?	8
Recomendaciones para sentirme mejor, durante mi tratamiento	9
Sitios de interés	10
Contacto	11
Anotaciones importantes	12
Referencias bibliográficas	14

Presentación

Esta guía de lectura ofrece información y herramientas útiles, tanto para el paciente como para la familia.

Las personas más informadas pueden afrontar, de mejor manera, las situaciones que se van presentando y ser más activos en el cuidado de su propia enfermedad.

Estos consejos son generales y, de ningún modo, pretenden reemplazar las recomendaciones del equipo de salud que te atiende o, en su caso, atiende al paciente.

Este fascículo informativo no sustituye la atención y seguimiento especial que deben de ser proporcionados por un profesional de la salud para el control de la enfermedad. Siempre mantente en estrecha comunicación con el grupo de profesionales de la salud que te atiende o atiende al paciente e infórmale de cualquier situación.



¿Qué es el cáncer?

El cáncer es un conjunto de enfermedades relacionadas que se caracteriza por el crecimiento anormal de las células, esto, debido a una división excesiva y sin control. En algunos casos, el cáncer tiene la capacidad de extenderse a tejidos cercanos y puede surgir en cualquier parte del cuerpo.



Causas

El cáncer se produce por varias razones. Genéticas que bien pueden ser heredadas por los padres o adquiridas. El cigarro, el alcohol y los rayos solares (sin protección) pueden ser factores que influyan para favorecer el desarrollo de ciertos tipos de cáncer.

El cáncer se produce por varias causas o factores. Puede ocurrir que alguno de los genes esté dañado y sea heredado de los padres a los hijos (mutaciones génicas heredadas). Otras veces, la causa se encuentra en factores externos, como el alcohol, las radiaciones o los agentes químicos (como los contenidos en el tabaco o en el asbesto), los cuales favorecen el desarrollo de algunos tipos de cáncer.



Otros factores que pueden aumentar el riesgo de padecer cáncer son la obesidad (malos hábitos alimentarios) y la inactividad física, factores que son absolutamente evitables.

Un equipo y muchos profesionales

Un equipo de profesionales, preparados específicamente, están a disposición, tanto del paciente como de la familia, para ir afrontando cada situación, durante el proceso de la enfermedad.

El equipo de la Subdirección de Medicina Interna está integrado por médicos oncólogos y médicos hematólogos, quienes se encargan de valorar cuál es el mejor tratamiento de quimioterapia para ti. También se encuentran psiquiatras y psicólogos, quienes dan apoyo de manera multidisciplinaria.

El objetivo del equipo de la Subdirección de Medicina Interna, es brindar una atención con calidad y calidez, y de manera oportuna al paciente con cáncer.



Hablando sobre la quimioterapia

La quimioterapia es una familia de medicamentos, que tienen como objetivo eliminar las células cancerosas.

Los tipos de quimioterapia se pueden agrupar, principalmente, en dos: el tratamiento a través de las venas y el tratamiento oral (por la boca).



El tratamiento con quimioterapia puede durar hasta seis meses, por lo que será necesario que te coloquen un catéter venoso central para la administración de tu tratamiento.

Es importante que el día que te lo administren acudas acompañado, hagas una comida ligera, utilices ropa cómoda y, sobre todo, que no planees actividades para ese día ni para el día siguiente.

Es de vital importancia que sigas tu tratamiento como te lo indique el personal de salud, ya que de ello depende mucho que éste sea un éxito y pueda ayudarte a curar el cáncer.

¿Qué esperar de los efectos secundarios?

Un efecto secundario es un efecto no deseado, causado por el tratamiento con quimioterapia.



Los efectos secundarios más comunes que presentan las personas con tratamiento de quimioterapia son: náusea, vómito, cansancio, anemia, estreñimiento, caída del cabello, hormigueo en los dedos de las manos y de los pies, cambio en el color de las uñas, cambio en la percepción de los sabores y olores, úlceras en la boca, entre otros.



Recuerda que no todos los pacientes presentan estos efectos secundarios, ya que cada persona es ÚNICA, así como su enfermedad y tolerancia al tratamiento.

El equipo de salud siempre estará atento a cualquier efecto secundario que presentes, por lo tanto no dudes en informarles de manera oportuna cuando los requieras.

Recomendaciones para sentirme mejor durante mi tratamiento

- Mantén una adecuada higiene del cuerpo y la boca.
- Aumenta la toma de líquidos (agua o bebidas a tu gusto).
- Mantén una adecuada nutrición.
- Evita las aglomeraciones o lugares con mucha gente.
- Cuida tu piel evitando exponerla al sol, aire o frío.
- No te extraigas piezas dentarias ni te sometas a ninguna intervención por el dentista, mientras estés en tratamiento.
- Realiza una actividad diaria. La ocupación en algo de tu agrado te dará bienestar. No realices actividades que requieran esfuerzo.
- Procura tener momentos de relajación y evita el estrés.
- Descansa. Tu cuerpo está recibiendo un tratamiento y necesita descansar.
- El día del tratamiento y los dos días siguientes, recuerda bajar dos veces el sistema de agua, después de usar la taza del baño. De esta forma se inactivan los compuestos de quimioterapia que se excretan con la orina o con las heces.
- Procura no hacer planes para el día que te administran la quimioterapia ni para un día después.



Sitios de interés

- National Cancer Institute. Lo que usted necesita saber sobre: el cáncer. Publicado por el National Institutes Of Health [Internet]. 2007. Disponible en: <http://www.cancer.gov/espanol/tipos/necesita-saber/elcancer.pdf/>
- Quimioterapia: Guía para pacientes. Servicio de salud del principado de Asturias. Editorial. Unidad de atención al Cáncer. [Internet]. Disponible en: http://www.asturias.es/Astursalud/Ficheros/AS_SESPA/AS_Consejos%20Medicos/gu%C3%ADa%20quimioterapia.pdf/
- Colección oncovida. Efectos secundarios de la quimioterapia. Sociedad Española de Oncología Médica. [Internet] [Consultado el 15 de Octubre del 2014]. Disponible en: http://www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/infopublico/publicaciones/folleto_n13.pdf/



Contacto

Para entrar en contacto directo con el equipo de la subdirección de medicina interna, comunícate al siguiente teléfono: 56280400, ext. 71040.

Este folleto fue realizado por el equipo que trabaja en la subdirección de medicina interna en diciembre del 2016.

Referencias bibliográficas:

- See more at:

<http://www.seom.org/es/informacion-sobre-el-cancer/que-es-el-cancer-y-como-se-desarrolla?showall=1#sthash.tLAygm1a.dpuf/>

- Gorlat Sánchez Berta. Contreras Molina Carmen. Fernández De Piñar Garzón Enrique. Guía de práctica clínica: Recomendaciones ante los efectos secundarios de la quimioterapia. 2º ed. Editorial Geu. Disponible en:

http://www.hvn.es/servicios_asistenciales/hematologia/ficheros/guia_recomendaciones_efectos_adversos_quimioterapia.pdf/

- American Cancer Society. Después del diagnóstico: una guía para pacientes y sus familias. Disponible en:

<http://www.cancer.org/acs/groups/cid/documents/webcontent/002812-pdf.pdf/>

- Cáceres Zurita M^a Luisa de, Ruiz Mata Francisca, Germá Lluch Jose Ramón, Carlota Busques Cristina. Manual para el paciente oncológico y su familia. 2007 1º Ed. Disponible en:

<http://fecma.vinagrero.es/documentos/pacientes.pdf/>

- Blasco Cordellat Ana, Caballero Cristina, Camps Herrero Carlos. Toxicidad de los tratamientos antineoplásicos. [Internet] Hospital General Universitario de Valencia. Servicio de Oncología Médica. Disponible en:
<http://chguv.san.gva.es/Inicio/InfoCiudadano/Documents/TOXICIDAD%20DE%20LA%20QUIMIOTERAPIA%20mayo%202012.pdf/>
- National Cancer Institute. Información sobre la quimioterapia. Publicado por el National Institutes Of Health. [Internet]. 2010. Disponible en:
<http://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/quimioterapia/consejos/quimioterapia.pdf/>

INCan
cuida**mas**

