



*Cada minuto cuenta,  
cada elección también*

## Guía para Pacientes

### Decisión sobre el tratamiento del cáncer de mama

**Al recibir un diagnóstico de cáncer de mama temprano o avanzado, la toma de decisión compartida con el médico tratante es fundamental.**

Ambos (paciente y médico) deben ser socios y construir un vínculo de confianza que les permita dialogar abiertamente sobre los pasos a seguir. Esta guía busca acercar los puntos más importantes a considerar al momento de tener esa conversación.



### ¿En dónde estoy parado y hacia dónde voy?

El primer paso es entender cuál es el diagnóstico y pronóstico de la enfermedad. Existen **diferentes tipos de cáncer de mama**, dependiendo de aspectos como el tipo específico de células afectadas, si expresa receptores hormonales, de la prueba del receptor 2 del factor de crecimiento epidérmico humano (HER2/neu) y de las pruebas mutagénicas para observar la actividad de los genes. Asimismo, existen diferentes estadios de la enfermedad, que determinan si la misma se limita a una zona puntual de la mama o si ha diseminado (metástasis) a otras partes del cuerpo. **Toda esta información es fundamental** para comprender las características del caso en particular y definir las opciones de abordaje.

### ¿Cómo impacta el diagnóstico en mi vida?



Transitar el cáncer de mama puede generar un gran impacto emocional, requiriendo atención y seguimiento. Lógicamente, al recibir este diagnóstico surgen preocupaciones sobre el tratamiento que se va a realizar, el pronóstico y el cuidado de los hijos o terceras personas que se tienen a cargo.

Antes de llegar a cualquier conclusión, **lo mejor es hacer esas preguntas al médico**: ¿voy a poder seguir trabajando? ¿cuáles son los síntomas que puedo esperar en esta etapa? ¿cuánto tiempo puede llevarme el tratamiento? ¿voy a necesitar internarme? No hay preguntas incorrectas, lo importante es **tener en mente todos los interrogantes** que pueden acompañar este momento de la conversación.



### ¿Cuáles son las opciones de tratamiento para mi caso?

El primer paso es entender cuál es el diagnóstico y pronóstico de la enfermedad. Existen **diferentes tipos de cáncer de mama**, dependiendo de aspectos como el tipo específico de células afectadas, si expresa receptores hormonales, de la prueba del receptor 2 del factor de crecimiento epidérmico humano (HER2/neu) y de las pruebas mutagénicas para observar la actividad de los genes. Asimismo, existen diferentes estadios de la enfermedad, que determinan si la misma se limita a una zona puntual de la mama o si ha diseminado (metástasis) a otras partes del cuerpo. **Toda esta información es fundamental** para comprender las características del caso en particular y definir las opciones de abordaje.

### ¿Qué impacto tendrá el tratamiento en mi día a día?



Según el tipo de tratamiento recomendado, las formas de recibirlo pueden variar: vía oral, endovenosos, entre otros. Algunos pueden administrarse en casa mientras que otros pueden requerir que concurras a un centro de salud. Asimismo, someterse a un tratamiento para el cáncer de mama **puede implicar la aparición de diferentes síntomas secundarios**, por ejemplo: fatiga, náuseas, falta de apetito, estreñimiento, entre otros. Por eso, es importante contarle al médico la rutina diaria, la labor a la que te dedicás y la carga horaria de la misma. De esta forma, podrán aconsejarte sobre cómo organizar el día a día para encarar el tratamiento.



### ¿Debo hacer estudios de seguimiento y control? ¿Cuáles y cada cuánto?

En general, el seguimiento de un diagnóstico de cáncer de mama implica la realización de estudios médicos, para entender la evolución de la enfermedad, tomar decisiones concretas y/o detectar potenciales recaídas. Según el **estadio de la enfermedad, el pronóstico y el tipo de tratamiento**, se definirá el tipo de seguimiento necesario.

### ¿Cuáles son los pasos a seguir para obtener la medicación que necesito?



Todo tratamiento para el cáncer de mama debe ser indicado por el médico especialista. Luego de obtener la receta correspondiente, es importante entender **el tipo de cobertura de salud con la que se cuenta** y los requisitos que la misma solicita para la provisión. Conversar de estos aspectos con el médico es fundamental para entender la carga administrativa que este requerimiento puede tener, la información que necesito recabar e, incluso, conocer si existen programas u organizaciones de apoyo a pacientes que puedan acompañar y orientar en ese proceso.



### ¿Cómo puedo informarme por fuera del consultorio?

Hay muchas fuentes de información disponibles (revistas, blogs, sitios web) pero no necesariamente todos incluyen datos correctos y/o validados científicamente. No dudes en pedirle una recomendación a tu médico, respecto de dónde encontrar más información fiable.

### ¿Cómo puedo comunicar esta situación a mis seres queridos y pedir ayuda?



Es fundamental contar con el **involucramiento de la familia y/o los seres queridos en el tratamiento**. Para ello, es importante dialogar sobre el diagnóstico con las personas que nos rodean. No dejes de plantearle este punto a tu médico, quien podrá brindarte herramientas para esa conversación. También podés ir a la consulta con alguien que pueda acompañarte y tomar nota de todos estos aspectos.



### ¿Complementos para el soporte emocional?

Un diagnóstico de cáncer puede afectar la salud emocional y generar angustia o ansiedad. **Hay evidencia científica de que ciertas terapias complementarias pueden ayudar a mejorar el abordaje emocional y la calidad de vida**. Como ejemplos podemos mencionar: acupuntura, mindfulness, yoga, meditación, participación en grupos de apoyo, terapia musical y artística, entre otros. La psicooncología también puede ser un recurso a tener en cuenta, porque contribuye en el cuidado psicológico, no sólo de las pacientes sino también de sus allegados. Pedirle al médico algunas sugerencias al respecto es más que bienvenido, ya que conoce las implicancias del tratamiento indicado y las características de la rutina de sus pacientes.