



## Después de recibir un diagnóstico de cáncer de seno

### After a diagnosis of Breast Cancer

**Es posible que tras enterarse de que padece cáncer de mama se sienta conmocionada, disgustada, angustiada o confundida. Todas éstas son respuestas normales. Tal vez le resulte útil hablar con su médico, familiares y amigos acerca de sus opciones de tratamiento. Busque tanta información como le parezca necesario. Depende de usted cuán involucrada quiera estar en la toma de decisiones relacionadas con su tratamiento.**

El cáncer de seno es el segundo tipo de cáncer más común en Australia entre las mujeres, después del cáncer de piel. Cada año, más de 12.000 mujeres reciben un diagnóstico de cáncer de seno en Australia. Si bien es inusual, el cáncer de seno también puede afectar a los hombres.

El cáncer de mama temprano puede tratarse de manera exitosa, y en la mayoría de las mujeres el cáncer de seno no regresa después del tratamiento.

### ¿Cómo se trata el cáncer de mama?

Es posible que haya diversos profesionales de la salud involucrados en su tratamiento y cuidado. El tipo de tratamiento a su disposición dependerá de su situación y del tipo de cáncer de seno que tenga. El mejor tratamiento para una mujer puede no ser el adecuado para otra.

Si bien prácticamente todos los tratamientos tienen efectos secundarios, la mayoría de éstos pueden controlarse de manera eficaz. Pídale a su médico que le explique los efectos secundarios que puede experimentar y las mejores maneras de lidiar con ellos.

**La cirugía** comprende tanto la cirugía conservadora de la seno como la mastectomía. La cirugía conservadora de la seno extirpa el cáncer de seno y una pequeña parte del tejido sano circundante. Este procedimiento también recibe el nombre de lumpectomía, escisión local amplia o escisión local completa. En el caso de la mayoría de las mujeres con un diagnóstico de cáncer de seno temprano, la cirugía conservadora de la seno combinada con radioterapia es tan efectiva como la mastectomía.

La mastectomía implica la extirpación de toda la seno afectada por el cáncer. Si está analizando la posibilidad de someterse a una reconstrucción mamaria, convérselo con su médico antes de la cirugía.

En la mayoría de los casos, la cirugía mamaria también implica la extirpación de uno o más de los ganglios linfáticos de la axila, con el objeto de verificar si las células del cáncer de seno se propagaron.

**La radioterapia** utiliza rayos X para destruir las células cancerosas que pueden haber quedado en la seno o el tejido mamario después de la cirugía. Es posible que experimente dolor o malestar después de cada aplicación, si bien el tratamiento propiamente dicho es indoloro. La radioterapia no la convertirá en radioactiva ni le ocasionará caída del cabello. Por lo general, este tratamiento se indica por un período de entre cinco y seis semanas. La radioterapia también puede utilizarse para reducir el tamaño del cáncer y aliviar el dolor u otros síntomas.

**La quimioterapia** utiliza drogas anticáncer para ayudar a destruir las células cancerosas que puedan haberse propagado hacia otras partes del organismo y que no puedan ser detectadas. Algunas drogas de quimioterapia vienen en forma de tableta, mientras que otras se inyectan a través de una vena en el brazo o la mano. La quimioterapia reduce la posibilidad de que el cáncer regrese.

Puede utilizársela en combinación con la cirugía y la radioterapia.

**El tratamiento hormonal** puede utilizarse en los casos en que las células cancerosas tienen receptores hormonales. La terapia hormonal puede ayudar a destruir las células de cáncer de seno remanentes o cualquier célula cancerosa que pueda haberse propagado a otras partes del organismo pero que no pueda ser detectada.

La terapia hormonal puede utilizarse en combinación con la cirugía, la radioterapia y la quimioterapia.

**Una dieta terapéutica**, o tener una alimentación sana y variada, le asegurará contar con lo que su cuerpo necesita para lidiar con el tratamiento y la recuperación. Asegúrese de tratar el tema de su alimentación con su dietista y su médico.

**Los ejercicios terapéuticos** pueden mejorar su recuperación. Las investigaciones han demostrado que la actividad física regular es beneficiosa y puede reducir efectos secundarios como la fatiga. Consulte con su fisioterapeuta o fisiólogo del ejercicio y con su médico.

### ¿Qué hay de mi bienestar físico y emocional?

- No tenga miedo de pedir ayuda profesional y apoyo emocional.
- Considere la posibilidad de unirse a un grupo de apoyo para el cáncer.
- Aprenda a ignorar los consejos no deseados y las "historias horribles".
- Viva un día a la vez y recuerde que es posible que cada día sea diferente.

Las terapias complementarias pueden aplicarse junto a los tratamientos médicos, y está demostrado que algunas de éstas mejoran la calidad de vida o reducen el dolor. No existe prueba de que estas terapias puedan curar o prevenir el cáncer. Es importante recordar que algunas de estas terapias pueden carecer de pruebas relacionadas con sus posibles efectos secundarios, pueden ser contraproducentes para otros tratamientos médicos y pueden ser costosas. Infórmele a su médico qué terapias complementarias considera utilizar.

**Recuerde: si tiene alguna inquietud o duda al respecto, consulte a su médico.**

### ¿Dónde puedo obtener información confiable?

**Línea de ayuda Cancer Council 13 11 20**

**Información y apoyo para usted y su familia al costo de una llamada local desde cualquier punto de Australia.**

**Página Web de Cancer Council [www.cancercouncil.com.au](http://www.cancercouncil.com.au)**

**National Breast and Ovarian Cancer Centre  
(Centro Nacional del Cáncer de Mama y Ovario)  
[www.nbocc.org.au](http://www.nbocc.org.au)**

**Breast Cancer Network Australia  
(Red del Cáncer de Mama de Australia)  
1800 500 258 [www.bcna.org.au](http://www.bcna.org.au)**

**Servicio de Traducción e Interpretación 13 14 50**