



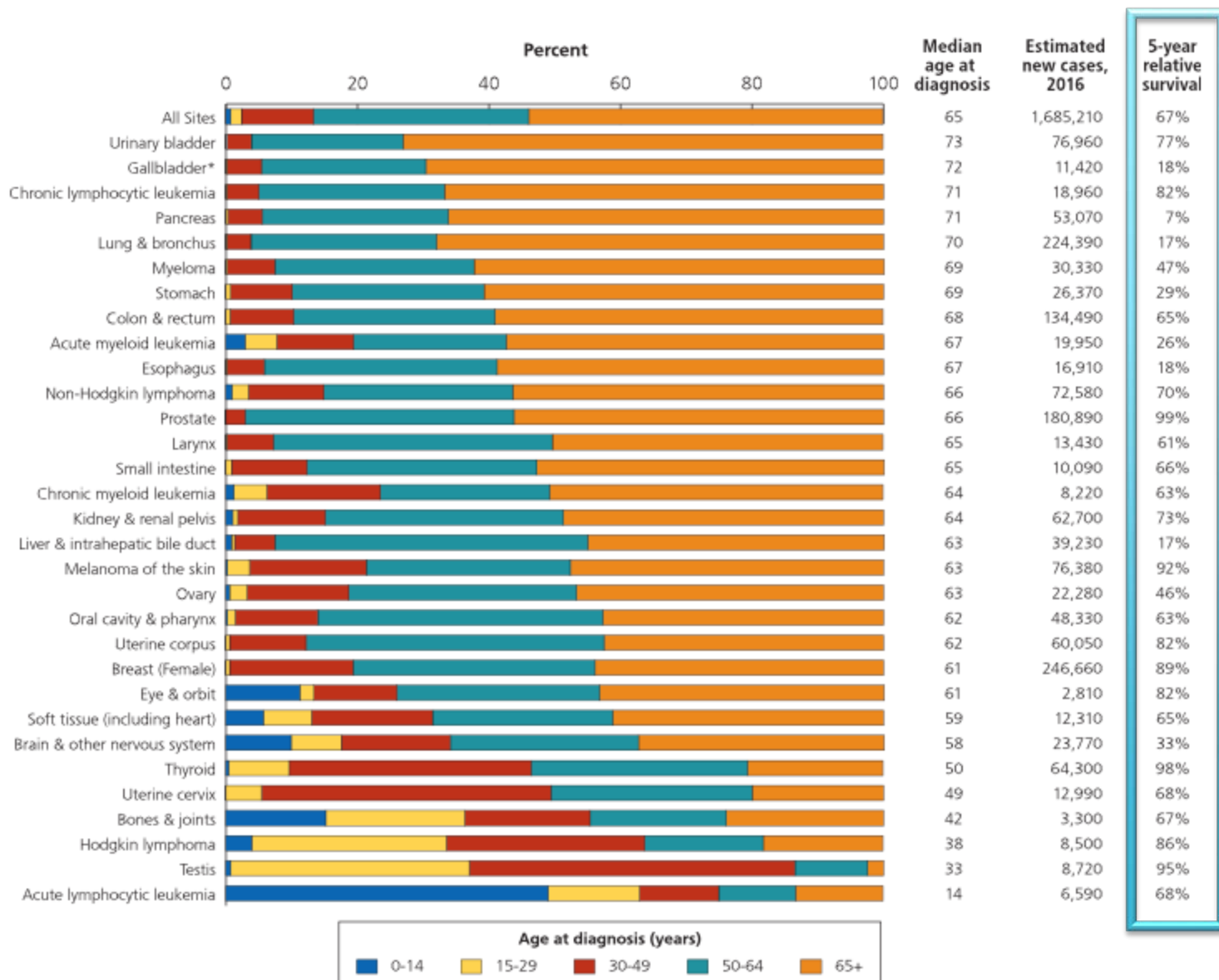
LARGOS SUPERVIVIENTES: SALUD Y CALIDAD DE VIDA DESPUÉS DEL CÁNCER

XIII Congreso de Pacientes con Cáncer

LAS GRANDES HISTORIAS COMIENZAN AQUÍ

Teresa Alonso Gordo
Servicio Oncología Médica
Hospital Universitario Ramón y Cajal

SUPERVIVIENTES AL CÁNCER



SUPERVIVIENTES AL CÁNCER

LARGOS SUPERVIVIENTES

Reincorporación a la vida habitual

Cambios emocionales durante el proceso diagnóstico, terapéutico y de seguimiento

Toxicidad física a largo plazo del tratamiento oncológico

Preocupación por la reaparición del tumor, síntomas que recuerdan ...

Soledad. Incomprensión



CAMBIOS EMOCIONALES

- Incorporación a la rutina habitual: laboral, social, familiar.
- Acudir a las revisiones programadas por el oncólogo.
- Acompañamiento por familiares y amigos



CAMBIOS FÍSICOS

RELACIONADO CON

CIRUGÍA

RADIOTERAPIA

QUIMIOTERAPIA

CAMBIOS FÍSICOS

SECUELAS DEL TRATAMIENTO

- Piel y anejos:
 - Alopecia
 - Sensibilidad de la piel
 - Enrojecimiento/Rojeces
 - Dermografismo



CAMBIOS FÍSICOS

SECUELAS DEL TRATAMIENTO

- Aparato locomotor:
 - Neuropatía periférica
 - Dolores musculares
 - Neuralgias
 - Cansancio



CAMBIOS FÍSICOS

SECUELAS DEL TRATAMIENTO

Masa ósea



Suplementación:

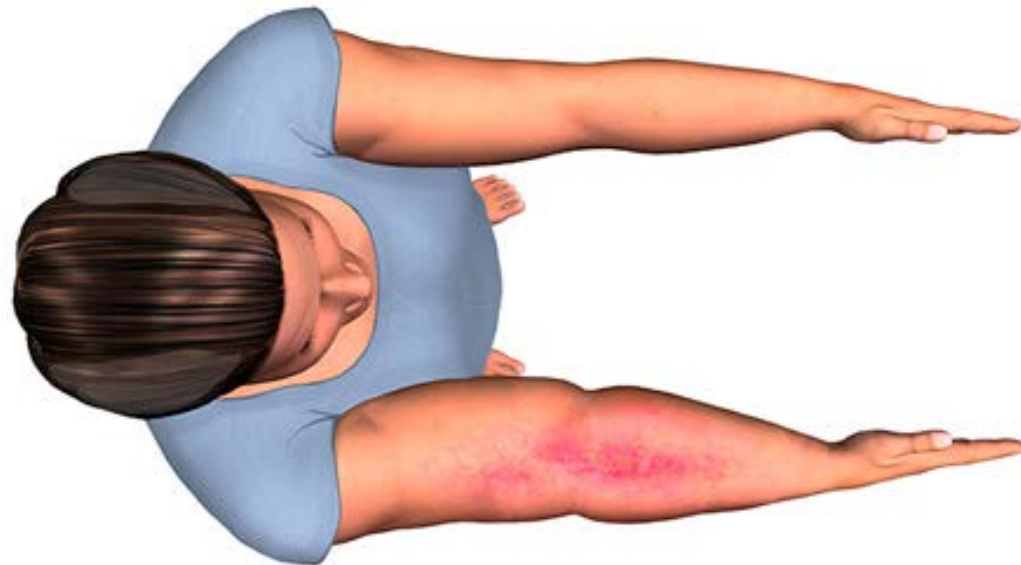
- Calcio
- Vitamina D

Ejercicio Físico

CAMBIOS FÍSICOS

SECUELAS DEL TRATAMIENTO

Linfedema



Drenaje linfático

Medias de compresión

Fisioterapia

CAMBIOS FÍSICOS

SECUELAS DEL TRATAMIENTO

Neurológico

Pérdida de memoria

Irritabilidad

Insomnio

Falta de ánimo

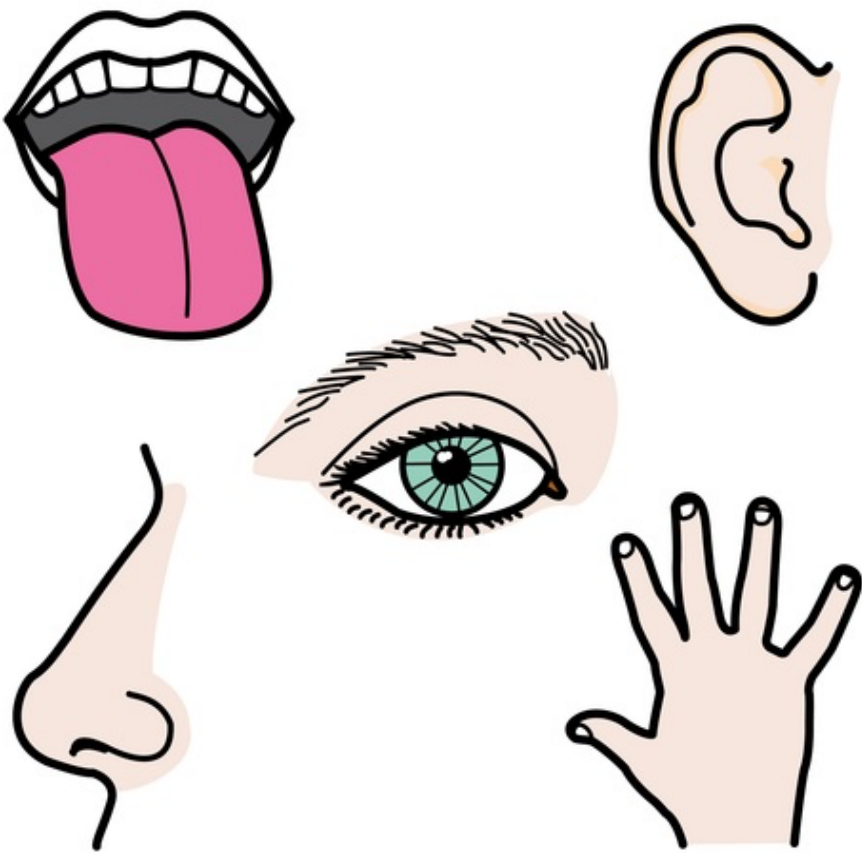
Establecer una rutina



CAMBIOS FÍSICOS

SECUELAS DEL TRATAMIENTO

Órganos de los sentidos



Pérdida del gusto

Pérdida de olfato

Disminución de agudeza auditiva

Disminución de agudeza visual

Consultar a un especialista

CAMBIOS FÍSICOS

SECUELAS DEL TRATAMIENTO

Cardiovascular

Trastornos cardiológicos

Antecedentes:

- HTA
- Diabetes
- Obesidad
- Tabaquismo

Ejercicio Físico

Consultar a un especialista



CAMBIOS FÍSICOS

SECUELAS DEL TRATAMIENTO

Antecedentes:

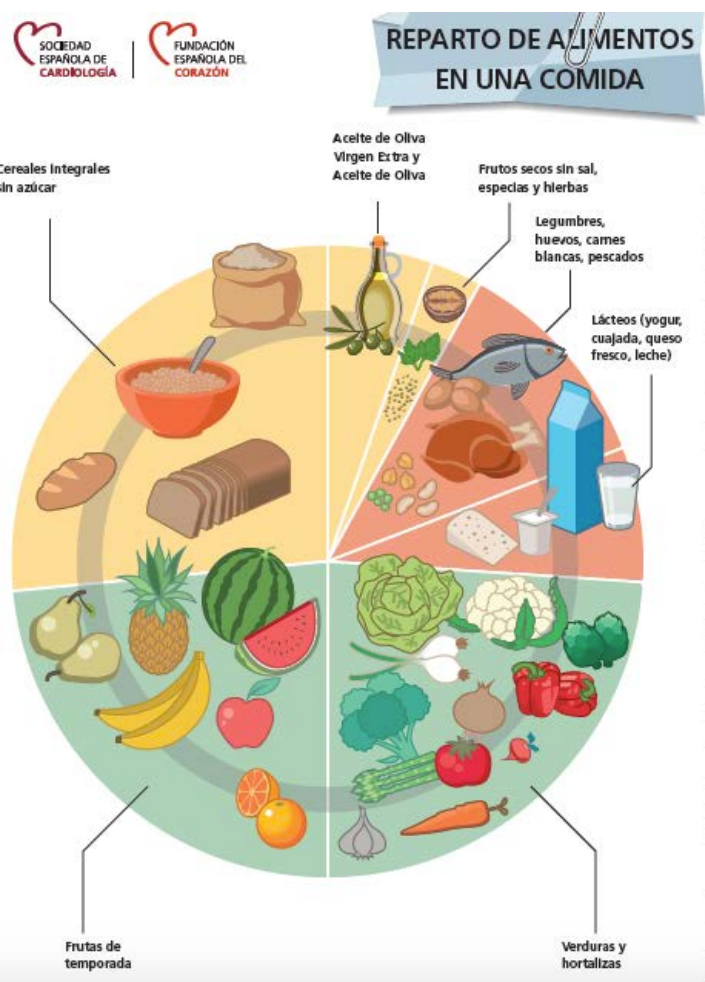
- HTA
- Diabetes
- Obesidad
- Tabaquismo

Trastornos cardiológicos

Dieta

Ejercicio Físico

Consultar a un especialista



CAMBIOS FÍSICOS

SECUELAS DEL TRATAMIENTO

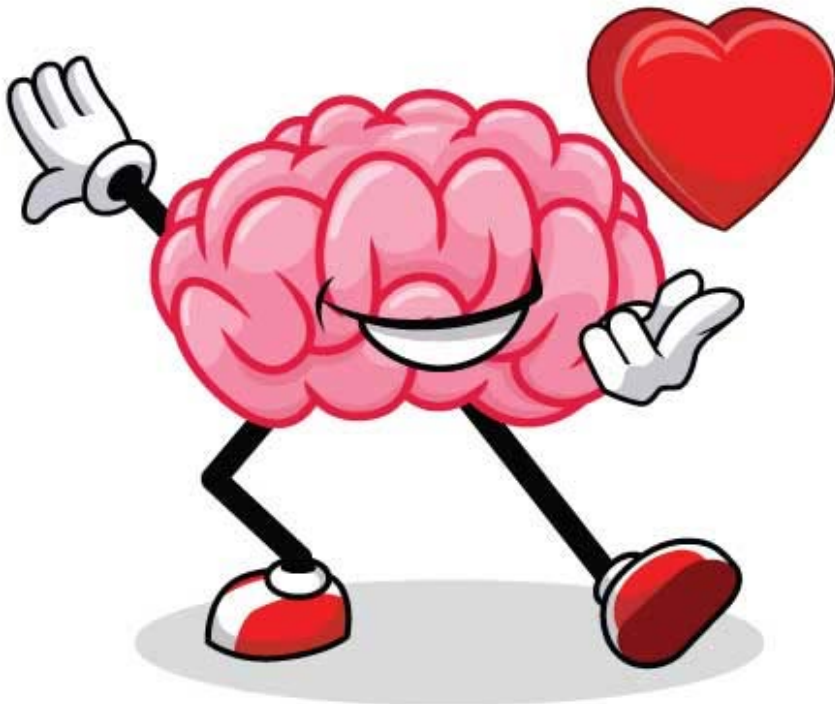
Sexualidad

Pérdida de deseo sexual

Esterilidad

Problemas de erección

Sensibilidad tejido mamario



Consultar a un especialista



“NO TIENES QUE COMPORTARTE COMO UN ROBOT”

CÓMO ACUDIR A LA VISITA DEL ONCÓLOGO

**Eres una parte activa del
tratamiento y seguimiento**

CÓMO ACUDIR A LA VISITA DEL ONCÓLOGO

- APUNTAR LAS DUDAS EN UNA LISTA
- ASISTIR ACOMPAÑADO



NINGUNA PREGUNTA ESTÁ FUERA DE LUGAR



PREVENCIÓN SECUNDARIA

- Tabaquismo/Enolismo
- Dieta
- Ejercicio físico

*Cuidarse uno mismo; no hay
pastilla milagrosa en la
prevención*

NECESIDADES EN EL SISTEMA SANITARIO

AMENAZAS E INTERFERENCIAS

- CALIDAD DE LA ASISTENCIA : Tiempo en consulta, sala de espera, tiempo de espera.
- TERAPIAS ALTERNATIVAS Y PSEUDOCIENCIAS
- SOPORTE AFECTIVO
- ACCESIBILIDAD DEL PERSONAL SANITARIO
- ATENCIÓN PSICOLÓGICA
- FORMACIÓN DEL PERSONAL SANITARIO

LUCHAR CONTRA UNO MISMO

- SÍNTOMAS que recuerdan al DIAGNÓSTICO INICIAL
- No dejarse influir por lo que escuches o te cuenten (muchos tipos de cáncer, cada paciente es diferente)
- Consejos de otras personas, internet,...
- Objetivos a medio-largo plazo

**HAS CUMPLIDO CON LA PARTE MÁS
DIFÍCIL: LUCHAR POR VIVIR.**

**AHORA HAY QUE SEGUIR ADELANTE, LA
VIDA SIGUE**



MUCHAS GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN

EL CÁNCER ES UNA EXPERIENCIA QUE TE CAMBIA LA VIDA

Talonso@salud.madrid.org
@T_AlonsoGordoa