



MÁS ALLÁ DEL ROSA: COMPARTIR NUESTRA  
**HISTORIA DEL CÁNCER DE  
MAMA METASTÁSICO**

# **10 COSAS**

## **QUE DEBE CONOCER ACERCA DEL CÁNCER DE MAMA METASTÁSICO**

### **Elegir su equipo médico**

Recibir el diagnóstico de cáncer de mama metastásico puede ser terrible y aterrador, y suele provocar muchas preguntas que van desde “¿En qué se diferencia el cáncer de mama metastásico de otras etapas del cáncer de mama?” hasta “¿Cómo manejaré un cáncer que tendré por el resto de mi vida?”.

A fin de cuentas, su equipo médico es el mejor recurso para ayudar a controlar la enfermedad, así que es importante comprender qué profesionales de atención médica (Health Care Professionals, HCP) debe considerar para que sean parte de su equipo.

## A CONTINUACIÓN, SE DESCRIBEN **10 COSAS** QUE DEBE SABER CUANDO ELIGE SU EQUIPO DE TRATAMIENTO PARA AYUDAR A CONTROLAR EL CÁNCER DE MAMA METASTÁSICO.

1

El primer paso es **comprender quién debe estar en su equipo**. Utilice todos los recursos que tenga a su disposición, como su médico de cabecera (Primary Care Physician, PCP), el centro de cáncer local, grupos de apoyo, el directorio de oncólogos (Asociación Médica Estadounidense [American Medical Association, AMA], Sociedad Americana de Oncología Clínica [American Society of Clinical Oncology, ASCO]), o la compañía de seguro médico, a fin de encontrar a los expertos adecuados que le brinden apoyo en su convivencia con la enfermedad.

2

**Un equipo de tratamiento eficaz incluye una variedad de profesionales.**

Los especialistas y los HCP que debe considerar incluir en su equipo médico comprenden un oncólogo médico, un PCP, un nutricionista, un profesional de salud mental, un fisioterapeuta, un farmacéutico, un cirujano, un radiólogo y un enfermero practicante de oncología.

3

**El oncólogo médico será responsable de su atención y tratamiento.** Considere elegir a alguien que se especialice en cáncer de mama y tenga experiencia en tratar mujeres con enfermedad metastásica.

4

**Investigue sobre los posibles proveedores** para garantizar que se sienta cómoda con su experiencia y estilo. Hable con otras personas que recibieron tratamiento de estos médicos, pida recomendaciones e investigue sus antecedentes y áreas de experiencia a través de búsquedas por Internet y recomendaciones de la sociedad profesional (p. ej., National Consortium of Breast Centers).

5

**Considere elegir miembros de un centro de mama consolidado** que sea parte del Instituto Nacional del Cáncer (National Cancer Institute, NCI). Esto puede ayudar a optimizar su atención, ya que ofrecen muchos servicios “bajo el mismo techo”, incluidos los siguientes: seminarios o talleres a cargo de un asesor o un enfermero que enseñe estrategias a fin de capacitar a los pacientes a administrar su atención de manera activa, educación de pacientes y familiares (p. ej., materiales informativos, grupos de apoyo, asesoramiento), servicios de pruebas y análisis, necesidades de atención urgente y apoyo emocional.

6

**Identifique un punto de contacto principal**, que podría ser su oncólogo médico, un enfermero practicante o un asesor de pacientes. Esta persona trabajará en estrecha colaboración con usted a fin de ayudar a garantizar que todos en su equipo tengan la misma información sobre su tratamiento y estén al tanto de sus necesidades.

7

**Entable una relación con su equipo.** Una buena comunicación entre usted y su equipo es esencial para satisfacer sus necesidades. Comparta cómo desea recibir información y haga preguntas. Además, conozca cómo su equipo se comunica entre sí a fin de garantizar que se sienta segura de que recibe la mejor atención posible.

8

**Participe activamente en las conversaciones sobre su tratamiento** y aprenda todo lo que pueda acerca del cáncer de mama metastásico (CMM). Si no comprende lo que su médico le dice, hágale preguntas hasta que entienda.

9

**Hable abiertamente con su equipo médico acerca de cómo su tratamiento actual puede afectarle y de cómo se siente.** Esto ayudará a determinar si necesita pruebas adicionales o si deben efectuarse cambios al tratamiento actual.

10

**Hable con otras personas que están atravesando una situación similar.** Compartir sus experiencias y obtener consejos de otras personas que viven con la enfermedad puede ayudarle a manejar mejor su experiencia de CMM, como la experiencia personal con los médicos, los consejos sobre cómo hablar de temas incómodos y dónde encontrar información acerca de la enfermedad.

*“Pregúntele a su médico la cantidad de veces suficiente hasta que se sienta segura de que le esté brindando la información que usted necesita.”*

—Karon, vive con CMM desde 2013