



10

**PREGUNTAS
QUE TODOS
LOS PACIENTES
CON CÁNCER
DEBEN HACER
A SUS ONCÓLOGOS**

By



Karen Berrios



Cuando me diagnosticaron cáncer por primera vez, fue como un golpe a mi persona. Había tanta información para considerar, pero todo era imposible de aceptar o retener mientras mi cabeza nadaba. Después de escuchar la palabra “cáncer” en relación con tu salud, es casi imposible escuchar cualquier otra cosa que venga después.

En mi propio caminar, luego de que la conmoción inicial se disipó y comencé a explorar e investigar mi propia salud, me di cuenta que tenía un montón de preguntas que quería abordar.

Después de hablar con otros triunfadores y sobrevivientes del cáncer; éstas son algunas de las preguntas más importantes que los pacientes con cáncer deben hacer a sus oncólogos. Ten en cuenta que, esto se basa en mi propia investigación y conocimiento. Pero después de experimentar y pasar el tiempo con un diagnóstico de cáncer transformador, es mi sincera esperanza que todos incorporen estas diez preguntas en sus conversaciones con sus oncólogos.

¿Su tratamiento recomendado curará mi cáncer?



Probablemente, la respuesta a esta pregunta te sorprenda. La quimioterapia solo ha demostrado que cura al 3-4% de las personas diagnosticadas con cáncer. Déjame decirlo de nuevo: La quimioterapia solo ha demostrado que cura al 3-4% de las personas diagnosticadas con cáncer. Esa es una estadística que vale la pena repetir porque es la forma más común de tratamiento para el cáncer.

¿Y esa estadística del 3-4%? Un estudio revisado por pares en 2004, muestra que la quimioterapia citotóxica tiene una tasa de éxito de solo el 2,1% para las neoplasias malignas adultas en los Estados Unidos. Un estudio aún más reciente de 2015, muestra números aún más sombríos, aunque se está enfocando en cánceres de etapa tardía. Según un estudio, la tasa curativa de cinco años con quimioterapia citotóxica es un asombroso 1.5%; y, sin embargo, la mayoría de las veces, la quimioterapia citotóxica es uno de los tratamientos más recomendados para el cáncer.

Cuando le preguntes a tu oncólogo, es posible que te sorprenda saber que nunca responderá directamente (o indirectamente en este caso). También puedes encontrar que tu oncólogo está aprendiendo más acerca de que las posibilidades de sobrevivir al cáncer sin quimioterapia son bastante cercanas a la tasa de supervivencia CON quimioterapia; sin embargo, la calidad de vida es sustancialmente diferente para estos dos grupos de personas.



2

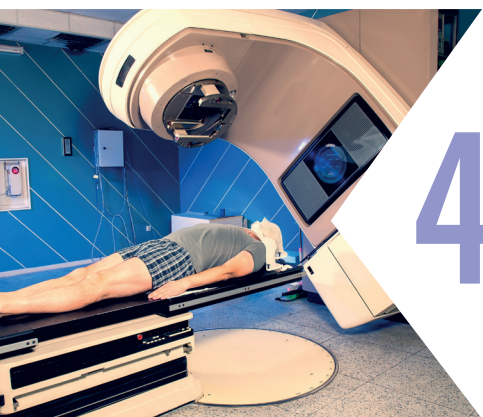
Si el tratamiento recomendado no curara mi cáncer, ¿Qué haré?

Una vez más, la respuesta puede sorprenderte. En muchos casos, tu oncólogo podría tener algunas estadísticas sobre cómo matar las células de crecimiento rápido y cómo la quimioterapia está diseñada para eliminar este tipo de células. También puedes aprender de tu oncólogo sobre las células sanas que se eliminan durante el tratamiento con quimioterapia (piensa en el cabello, la piel, los dientes y las uñas). En muchos casos, la quimioterapia tiene un efecto a largo plazo en el cuerpo, afecta la fertilidad, el desarrollo del cerebro, los músculos debilitados (¡incluso, un corazón debilitado!); y la pérdida de masa ósea, solo por nombrar algunos. También existe una posibilidad ligeramente mayor de que el tratamiento proporcione un mejor pronóstico a largo plazo, que un tratamiento tradicional en declive. Sin embargo, muchas veces los pacientes deben preguntarse si ese aumento nominal en la perspectiva del pronóstico vale lo que el tratamiento les hará en general.

¿Cuáles son los efectos secundarios del tratamiento?



De nuevo, siento que estoy repitiendome a mi mismo sobre los efectos secundarios asociados con la quimioterapia. La quimioterapia y la radiación tienen algunos efectos secundarios bastante espantosos para los pacientes; e incluyen (pero no se limitan a) pérdida de cabello, pérdida de dientes, desgaste óseo, disfunción sexual, malestar gastrointestinal, disminución de la función muscular, pérdida muscular, problemas cardíacos, sensibilidad de la piel, llagas en la boca, disminución del conteo sanguíneo, mayor posibilidad de infección (muchas de las cuales ponen en riesgo la vida), ansiedad y depresión. Ésta no es una lista exhaustiva de ninguna manera, pero son los efectos secundarios más comunes, ya que la mayoría de los pacientes padecen más de la mitad de la lista mencionada anteriormente, por la quimioterapia y la radiación. De hecho, un asombroso **80% de todos los pacientes que reciben quimioterapia** experimenta náuseas y casi el 60% experimenta vómitos.



4

¿Su tratamiento recomendado puede causar cáncer?

Nuevamente, puedes encontrar que tu oncólogo duda en responder esta pregunta. Sabemos de hecho, que la exposición a la radiación causa cáncer. Existe documentación de que un efecto secundario a largo plazo del tratamiento del cáncer es algo llamado malignidad secundaria. En muchos casos, estas malignidades pueden estar directamente relacionadas con el tratamiento utilizado. Un estudio de 2015, documenta dos nuevos tumores malignos en pacientes tratados con radioterapia para el cáncer testicular. Es algo que parece que no puedo comprender: ¿por qué, a menudo aceptamos voluntariamente tomar estos tratamientos como una forma de tratar el cáncer, si se sabe que estos lo causan? ¡No es de extrañar que el éxito de las tasas de recurrencia y la quimioterapia sean tan bajas como lo son!

¿Cómo tratará los efectos secundarios?



Los efectos secundarios del tratamiento generalmente, son más tratamiento. Más medicamentos con más efectos secundarios a menudo, son el tratamiento para dichos efectos. Por ejemplo, Zofran es generalmente el estándar de oro para tratar las náuseas y los vómitos asociados con la quimioterapia. Sin embargo, Zofran, aunque es un poderoso antiemético, puede causar estreñimiento extremo e incómodo, dolores de cabeza, mareos y sequedad en la boca. En muchos casos, los efectos secundarios solo se pueden tratar, pero no mitigar. La pérdida de cabello es uno de los efectos secundarios más comunes de la quimioterapia y la radiación, y generalmente, es un efecto secundario que la mayoría de los médicos no se molestan en tratar. Mientras que, para muchas personas, la pérdida de cabello es un pequeño precio a pagar por una cura; para otras, el cabello es un signo de confianza, belleza, y es algo que trabajamos duro para cultivar, cuidar y dar forma. Para muchos, es más que solo un atributo físico.



6

¿Me permitiría hablar con algunos pacientes que ha tratado con el mismo cáncer que tengo?

Podría ser un poco complicado navegar en las leyes de HIPAA tal como son. Sin embargo, vale la pena preguntarle a tu médico acerca de hablar con pacientes anteriores (o actuales) sobre su tratamiento. Puedes aprender mucho sobre la persona que mantiene tu vida en sus manos hablando con sus pacientes. Si tu médico no está dispuesto o parece incómodo con el hecho de que hables con otros pacientes, entonces, quizás un poco más de investigación sea correcto. Hay un montón de sitios web que pueden ayudar a obtener más información sobre un profesional de la salud específico directamente de la boca (o las yemas de los dedos) de pacientes anteriores y actuales, muchos de los cuales pueden estar en un viaje similar al tuyo.

¿Qué causó mi cáncer?

7



Una vez más, los médicos a menudo dudan en analizar la causa de tu cáncer, especialmente, si es algo que no está enraizado en una causa física. Una persona puede hacer todo bien: comer bien, hacer ejercicio, usar protector solar, practicándolo a consciencia plena; y, sin embargo, pueden ser derrotados por un diagnóstico de cáncer. Cuando no existe una causa física obvia, los médicos a menudo dudan en siquiera dar una idea aproximada de lo que pudo haberlo causado. Hay muchas **causas físicas posibles**; demasiado, de hecho, que puede ser difícil determinar la raíz exacta. Las cosas desde la carne roja hasta el betacaroteno y no la lactancia materna, se han relacionado con tipos específicos de cáncer. Muchos médicos ni siquiera consideran las conexiones emocionales o psicológicas en nuestra vida, que pueden contribuir al desarrollo de células rebeldes en nuestro cuerpo. En mi propio viaje, me he sorprendido por lo que he descubierto en mi yo emocional pasado que, estoy segura, ha contribuido a mi condición física; Y sé que no estoy sola en esto.



8

¿Cuáles son las posibilidades de que regrese?

Para muchos pacientes, lidiar con el tratamiento y el camino por recorrer es una tarea bastante difícil. Al considerar la probabilidad de recurrencia, todo el proceso puede ser abrumador. Cuando se considera el tratamiento, es importante saber, cuál es el pronóstico a largo plazo y la probabilidad que regrese el cáncer, incluso con tratamientos tradicionales. En muchos casos, el tipo de cáncer se correlacionará directamente con la probabilidad de recurrencia. Para aquellos diagnosticados con cáncer de ovario, el 70% de los sobrevivientes experimentarán una recurrencia, de acuerdo con el [Ovarian Cancer Research Alliance Fund](#). Para el cáncer de mama, la tasa de recurrencia a los 5 años es de menos del 50%, según la [University of Michigan Medicine Healthlab](#). Conoce tus posibilidades de recurrencia antes de aceptar CUALQUIER forma de tratamiento y elige la que mejor se adapte a tus necesidades, ahora y para tu futuro.

¿La forma de pensar “mente, cuerpo y espíritu” tiene algo que ver con el cáncer?



Para mí, es importante trabajar con médicos que reconozcan la conexión entre nuestro ser y nuestra salud en general. Para muchos (aunque ciertamente no para todos) los oncólogos, hay poca o ninguna conexión entre la mente y el espíritu con el cuerpo. Sin embargo, hemos visto a través de innumerables estudios que el estado mental de una persona tiene un gran impacto en el estado físico de una persona. Un estudio de julio de 2017, relaciona **recuerdos traumáticos e incidencia de cáncer de mama**. ¡Esto demuestra que existe una clara conexión entre nuestra mente y espíritu con nuestro ser físico! No somos tres entidades separadas que abarcan un espacio. Nuestra mente, cuerpo y espíritu son partes interconectadas del mismo todo.



10 Si usted fuera yo, ¿tomaría los tratamientos que me está recomendando?

Lo dije antes y lo diré de nuevo: la respuesta a esta pregunta podría sorprenderte cuando se lo plantees a tu oncólogo. A menudo, los practicantes están más enfocados en los números y las estadísticas que la persona completa que se sienta frente a ellos. Hacer esta pregunta puede alejarlos de los hechos y las cifras, y animarlos a que se den cuenta de todo, poniéndose en tus zapatos, aunque solo sea por un minuto. Muchas veces la respuesta a esta pregunta es no. Los beneficios del tratamiento no superan los riesgos y la posibilidad de un resultado levemente mejorado no contrarresta los terribles efectos secundarios.

Existe un estudio anterior, de 1985, donde se encuestó a oncólogos y enfermeras que trabajaban con pacientes oncológicos, y hasta 2/3 de los que respondieron dijeron que NO tomarían el tratamiento. *Ese estudio se repitió* a fines de la década de 1990, momento en el que, casi la mitad de los profesionales médicos que respondieron dijeron que no tomarían el tratamiento. Algunos *estudios más recientes* indican que hasta el 75% de los oncólogos no se someterán al mismo tratamiento que están alentando a los pacientes a aceptar. Si bien es difícil determinar exactamente cuántos oncólogos se someterían realmente al tratamiento por sí mismos si fueran el paciente, estos números son asombrosamente reveladores. Si tu propio médico no considera el tratamiento, ¿deberías tú?



Pensamientos finales

Quiero ser clara; no es mi intención desafiar las habilidades, el conocimiento y la experiencia de los profesionales médicos. Sin embargo, a lo largo de mi viaje y en mi caminar, he encontrado que hacer las preguntas correctas abrirá tus ojos a los posibles beneficios y riesgos del tratamiento. Es tu cuerpo. Éste es mi cuerpo. Sé mejor que nadie cómo defender lo que necesito. TÚ sabes mejor que nadie cómo defender lo que necesitas, pero aceptar silenciosamente los tratamientos que se le lanzan puede no ser siempre el mejor curso de acción. Al profundizar, hacer preguntas y considerar si tu oncólogo aceptaría o no el tratamiento para sí mismo, es enorme. Hay muchos profesionales médicos maravillosos y de mente abierta, que se dan cuenta de que la mente, el cuerpo, y el espíritu son un todo, y que considerarán a todo el ser, al recomendar el tratamiento.

Estas diez preguntas, ciertamente, no son exhaustivas para cada situación y cada diagnóstico. Pero comprender la función de tu profesional médico y la visión general del tratamiento que te recomienda es útil para determinar si deseas continuar o no. En muchos casos, puedes descubrir que los tratamientos alternativos y complementarios son **igual de beneficiosos** y te permitirán triunfar sobre el cáncer en tu propio viaje iluminador.

