

HAZ QUE TU DIÁLOGO CUENTE



Para muchas mujeres con cáncer de mama avanzado, las visitas al médico parecen demasiado cortas. Puede ser difícil saber qué tipo de preguntas hacer o sobre qué sentimientos hablar. Estos son algunos consejos que la ayudarán a aprovechar al máximo el tiempo con su médico.

DURANTE LA VISITA AL MÉDICO:



Vaya acompañada con alguien de confianza. Esta persona puede ofrecerle apoyo emocional y ayudarla a recordar información importante.



Tome notas. Puede usarlas más adelante para comprender mejor lo que le dijo el médico, para buscar recursos o para pedir una segunda opinión. Si va con alguien, pídale a su acompañante que tome notas si usted no puede hacerlo.



Pídale al médico que use palabras simples. Esto la ayudará a comprender mejor su enfermedad y los posibles tratamientos.

ANTES O DESPUÉS DE LA VISITA AL MÉDICO:



Hable con un enfermero o un trabajador social, o llame a una línea directa de apoyo a pacientes después de haber conversado con su médico. Un enfermero puede volver a explicarle lo que le dijo el médico y puede tener ideas que le ayuden a lidiar con su enfermedad. Por ejemplo, puede remitirla a un grupo de apoyo o a un sitio web informativo.



Busque un grupo de apoyo para pacientes con cáncer de mama que se reúna en su zona y asista a una reunión o explore recursos en línea. Hablar con mujeres que tienen experiencias similares, aun en otro país, puede ayudarla a enfrentar su enfermedad.



Anote sus eventos adversos antes de reunirse con el médico, para poder hablar sobre ellos. Cuanto más hable con el médico sobre ellos, mejor podrá ayudarla a tratarlos. Hable también con el médico sobre lo que está sintiendo, incluyendo si tiene ansiedad, está deprimida o padece insomnio.

El cáncer de mama avanzado y su tratamiento son complicados. Si bien las pacientes pueden brindarse apoyo mutuo, cada persona que vive con la enfermedad se encuentra en una situación única. Usted debe y puede hacer preguntas cuando lo desee, no tiene que esperar hasta la siguiente cita con el médico.

Para obtener información y acceder a recursos y herramientas de apoyo sobre el cáncer de mama avanzado, visite AdvancedBreastCancerCommunity.org



CÁNCER DE MAMA

ESTADIO INICIAL

y

ESTADIO AVANZADO


Si bien el cáncer de mama continúa siendo la segunda causa principal de muerte para mujeres en todo el mundo, la mayor parte del énfasis en torno a la enfermedad está puesto en la detección temprana, la supervivencia y la cura. Sin embargo, el cáncer de mama avanzado o metastásico, la etapa más grave de la enfermedad, es incurable, esto significa que las pacientes con cáncer de mama avanzado generalmente quedan fuera de la conversación.

LO QUE DEBE SABER

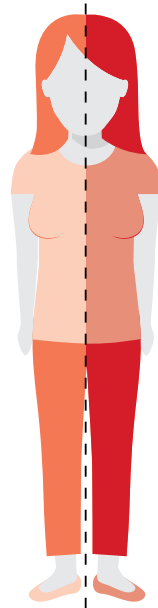
Estadio Temprano



Probabilidad <3%
de muerte por cualquier
cáncer de mama.

El **79%**  pone su atención en otros temas y no en el hecho de que tiene cáncer de mama.


El **50%** le preocupa que el cáncer reaparezca.



Estadio Avanzado



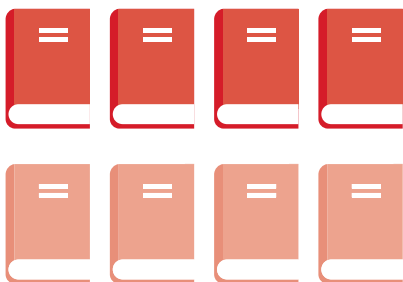
La metástasis tiene un impacto inmediato en la expectativa de vida.

El **64%**  ha sufrido un impacto negativo en su salud emocional.

El **50%** le preocupa el cuidado de su familia.

QUÉ NECESITA LA COMUNIDAD DEL CÁNCER DE MAMA METASTÁSICO

Más información



El **50%** de las pacientes piensa que la información disponible no aborda sus necesidades.

Más recursos económicos



Solo el **2%** de los recursos se destinan a investigaciones del estadio avanzado.

Más apoyo



El **40%** de las pacientes indicó que el apoyo de los amigos y la familia disminuye con el tiempo.

Visite **AdvancedBreastCancerCommunity.org** para obtener más información sobre la comunidad de cáncer de mama avanzado o metastásico.

Referencias:

1. Make Your Dialogue Count Survey. Harris Interactive, patrocinado por Novartis (2014).
2. American Cancer Society. What are the key statistics about breast cancer? Disponible en: <http://www.cancer.org/cancer/breastcancer/detailedguide/breast-cancer-key-statistics>. Consultado el 10 de enero de 2017.
3. O'Shaughnessy J. Extending survival with metastatic breast cancer. *The Oncologist*. Octubre de 2005, 10 (supl.): 20-29
4. Count Us, Know Us, Join Us Advanced Breast Cancer Survey, Harris Interactive, patrocinado por Novartis (2013).

5. American Cancer Society. Breast cancer survival rates, by stage. Disponible en <http://www.cancer.org/cancer/breastcancer/detailedguide/breast-cancer-survival-by-stage>. Consultado el 10 de enero de 2017.
6. Society for Women's Health Research. Life After Early Breast Cancer. Disponible en http://www.lifeabc.org/pdf/impact_report.pdf. Consultado el 10 de enero de 2017.
7. METAvivor. Research. Disponible en <http://www.metavivor.org/research/>. Consultado el 10 de enero de 2017.