

Guía de Seguimiento tras el Cáncer

Un recurso para personas con antecedentes de cáncer y sus cuidadores, que les ayudará a comprender la atención posterior al tratamiento, prepararse para el seguimiento médico y acceder a apoyo y recursos.

1 · MI HISTORIAL DE SALUD

● ANTECEDENTES Y HISTORIA FAMILIAR

Antecedentes familiares de cáncer ☐ Sí ☐ No

¿Quién y qué tipo de cáncer?

Factor de riesgo genético o hereditario conocido ☐ Sí ☐ No

Especifique:

Asesoramiento genético realizado ☐ Sí ☐ No

Consejero(a) clínico(a):

Fecha:

Prueba genética realizada ☐ Sí ☐ No

Resultados / gen(es) identificado(s):

Fecha de la prueba:

Tener antecedentes de cáncer en la familia puede significar que algunos familiares necesiten iniciar las pruebas de detección antes de la edad recomendada para la población general.

Invítelos a hablar con su médico para recibir orientación personalizada.

● MI DIAGNÓSTICO

Tipo de cáncer: Ubicación: Fecha del diagnóstico:

Estadio: Oncólogo / hospital tratante:

● HISTORIAL DE TRATAMIENTO

Marque todo lo que aplique:

Cirugía ☐ Sí ☐ No

Radioterapia ☐ Sí ☐ No

Quimioterapia ☐ Sí ☐ No

Terapia hormonal ☐ Sí ☐ No

Terapia dirigida ☐ Sí ☐ No

Inmunoterapia ☐ Sí ☐ No

Terapia combinada ☐ Sí ☐ No

Preservación de fertilidad (criopreservación) ☐ Sí ☐ No

Otro tratamiento o ensayo clínico:

2 · SEGUIMIENTO MÉDICO Y MONITOREO

Preguntas para hacerle a su equipo médico:

- ☐ ¿Qué visitas de seguimiento necesitaré y con qué frecuencia?
- ☐ ¿Qué análisis, imágenes o estudios de sangre me recomiendan?
- ☐ ¿Necesito hacerme pruebas de detección para otros tipos de cáncer según mi historial de tratamiento o genética?
- ☐ ¿A qué edad y con qué frecuencia debo hacerme esas pruebas?
- ☐ ¿Qué síntomas o cambios debo reportar entre visitas?
- ☐ ¿Existen herramientas de monitoreo más recientes para mi tipo de cáncer? (p. ej. MRD, ADN tumoral circulante)
- ☐ ¿Cómo podrían los resultados de las pruebas afectar mi tratamiento?
- ☐ ¿Debo actualizar o repetir mis pruebas genéticas? ¿Con qué frecuencia?
- ☐ ¿Puede darme una copia escrita de mi plan de seguimiento?

3 · EFECTOS SECUNDARIOS Y SÍNTOMAS

No ignore síntomas nuevos o persistentes; repórtelos a su equipo médico y pregunte por opciones para mejorar su calidad de vida.

Marque lo que está experimentando actualmente:

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ Fatiga o cansancio | ☐ Cambios de humor o depresión | ☐ Problemas urinarios |
| ☐ Náuseas o vómitos | ☐ Ansiedad o miedo | ☐ Problemas digestivos |
| ☐ Dolor o neuropatía | ☐ Dificultad para respirar | ☐ Síntomas menopáusicos |
| ☐ Problemas para dormir | ☐ Memoria o concentración | ☐ Salud sexual |
| ☐ Cambios en piel o tejidos | ☐ Conteo bajo de células sanguíneas | ☐ Problemas del corazón |
| ☐ Falta de apetito | ☐ Infecciones frecuentes | ☐ Cambios de peso |
| ☐ Otro: _____ | | |

4 · ESTUDIOS CLÍNICOS E INVESTIGACIÓN

Preguntas para hacerle a su equipo médico:

- ☐ ¿Existe algún ensayo clínico disponible para mi tipo de cáncer?
- ☐ ¿Podría un ensayo clínico ser una opción ahora o en el futuro?
- ☐ ¿Dónde puedo encontrar información confiable sobre ensayos clínicos?
- ☐ ¿Cuándo debemos retomar esta conversación?

5 · MI VOZ EN MI CUIDADO

- ☐ Lleve una lista de preguntas a cada cita médica
- ☐ Lleve a un familiar, cuidador o persona de confianza a citas importantes
- ☐ Mantenga un registro de sus pruebas, tratamientos y citas
- ☐ Hable cuando algo no se sienta bien o haya cambiado
- ☐ Pida referencias a servicios de apoyo cuando lo necesite

Lleve esta guía a su próxima cita médica. Compártala con su cuidador, familiar o persona de apoyo.