



CANCERcare®

800-813-HOPE (4673)

Email info@cancer.org

Web www.cancer.org

hoja informativa

Cuidando a un ser querido con cáncer pulmonar

Un diagnóstico de cáncer pulmonar puede desencadenar una serie de complejas emociones tanto en usted como en sus seres queridos. He aquí algunos consejos para ayudarle a velar adecuadamente por el enfermo, e incluso por usted mismo:

Evite la “sobrecarga de información”

Al recibir la noticia de que un ser querido ha sido diagnosticado con cáncer pulmonar, usted puede verse obligado a consultar el Internet para conocer más sobre la enfermedad y sus opciones de tratamiento. Las estadísticas de cáncer pulmonar pueden ser severas, produciéndole a usted o al enfermo sensaciones angustiosas y hasta depresión.

Recuerde que las estadísticas son números que clasifican a miles de individuos. Las mismas no representan el resultado específico que obtendrá su ser querido. También es importante recordar que el pronóstico de un paciente puede cambiar durante el curso del tratamiento, especialmente con la aprobación de nuevos tratamientos o al participar en ensayos clínicos. Hable con su equipo de atención sobre el pronóstico específico para su ser querido y pregúntele lo que desee sobre cáncer pulmonar.



Esté consciente del estigma

Un diagnóstico de cáncer pulmonar puede ser difícil de encarar debido al estigma asociado a la enfermedad. Como dador de cuidado y como soporte de su paciente, usted necesita sobreponerse al prejuicio o sesgo en tres niveles diferentes:

- **Nivel social:** Aunque el 85 por ciento de los cánceres pulmonares son causados por el fumar, la enfermedad también afecta a personas que nunca se han expuesto al humo del cigarrillo o a productos tabáquicos. El público puede asumir automáticamente que un diagnóstico de cáncer pulmonar significa que el paciente ha tenido un historial como fumador.
- **Nivel familiar:** Las presiones que puede causar el cuidado de un ser querido con cáncer pueden hacer que inadvertidamente algunos miembros de la familia hagan sentir culpable al paciente canceroso, especialmente si el cáncer ha sido el resultado de fumar. Debido a que el cáncer impacta a toda la familia, considere la posibilidad de hablar con un trabajador social oncológico para entender las varias emociones que sobrevienen cuando se está cuidando a alguien en estas circunstancias.
- **Nivel del paciente:** Con frecuencia, un diagnóstico de cáncer puede hacer que una persona reflexione sobre decisiones pasadas para identificar qué pudo haberla llevado a esa situación. Su ser querido puede ya estar sintiéndose culpable y pensar que el cáncer es algo que se merecía. Como consecuencia, el paciente puede reusar a seguir las instrucciones del doctor, o no procurar el mejor cuidado médico. Si usted nota que su ser querido se está echando la culpa de su cáncer, busque la colaboración de su equipo de atención para brindar el apoyo más apropiado.

(mas)

Tome su propio paso

Como dador de cuidado, usted debe prepararse para experimentar los altibajos de su viaje a través del tratamiento anticanceroso.

El cáncer pulmonar es llamado a menudo el “cáncer invisible” porque es diagnosticado en las etapas tardías. Como resultado, las opciones de tratamiento actúan como medidas paliativas, lo que significa que se enfocan en mantener la calidad de vida. También hay terapias que pueden ser agresivas, haciendo que algunos pacientes experimenten efectos colaterales. Incluso es posible que el cáncer no responda a la quimioterapia normal y hasta se haga resistente a las drogas.

Si un cáncer pulmonar se detecta en etapas tempranas, la cirugía puede ser una opción, pero la recuperación puede ser dolorosa. Como persona a cargo del cuidado, a usted podría resultarle triste atender a un ser querido que sufre de dolor. Incluso usted puede preocuparse de si el tratamiento está actuando realmente. Hable con el equipo de atención de su ser querido sobre cómo manejar los efectos secundarios y pregunte sobre el progreso del tratamiento.

Hágase cargo de usted mismo

Atender a un ser querido con cáncer pulmonar puede significar un largo camino, y por eso es importante no agotarse tempranamente. Recuerde cuidarse usted mismo en la misma forma en que se esfuerza por asegurar el cumplimiento de todas las citas médicas, los programas de tratamiento, utilizando a familiares y amigos mientras atiende sus propios asuntos. Busque apoyo en un trabajador social oncológico profesional, delegue ciertas responsabilidades de atención en amigos y seres queridos, y pase algún tiempo en soledad para descomprimirse y relajarse.

Considere la posibilidad de unirse a un grupo de apoyo. Podría ser útil hablar con otros cuidadores que estén pasando por situaciones similares a la suya.

CancerCare puede ayudar

Si usted o un ser querido ha sido diagnosticado con cáncer pulmonar, haga contacto con CancerCare. Somos una organización nacional sin fines de lucro que ofrece servicios profesionales gratuitos a personas afectadas por cáncer. Nuestros servicios incluyen asesoramiento individual, grupos de apoyo, educación, ayuda financiera y referencias a otros recursos. Para mayor información, llámenos al **800-813-HOPE (4673)** o visite www.cancercare.org.



Fumar y cáncer pulmonar

Si su ser querido es un fumador y continúa usando productos tabáquicos durante y después del tratamiento, usted podría sentirse frustrado y ansioso sobre cómo esto podría afectar los resultados del tratamiento. La adicción a la nicotina suele ser poderosa y podría hacer que su ser querido sea incapaz de dejarla. Adicionalmente, fumar también podría brindar alivio y comodidad durante situaciones estresantes. Si la decisión de fumar de su ser querido está afectando su relación, hablar con un trabajador social oncológico puede ayudar a desarrollar destrezas de comunicación que mejoren su relación. Hable con su equipo de atención al paciente para discutir los efectos de fumar durante y después del tratamiento y para conocer sobre programas de cesación.

Consejos para quienes atienden pacientes:

- Tómese un descanso para hacer algo que disfrute
- Conozca sus límites: no tema decir que “no” a familiares y amigos
- Ponga por escrito sus pensamientos y sentimientos
- Busque la ayuda de un consejero profesional
- Únase a un grupo de apoyo

Esta hoja informativa fue posible gracias a una colaboración educativa de Morphotek, Inc.



CANCERCare

National Office • 275 Seventh Avenue • New York, NY 10001
© 2012 Cancer Care, Inc.