



Foundation
for Women's Cancer

cáncer de cuello de útero:

su guía



INVESTIGACIÓN · CONCIENCIACIÓN · DIVULGACIÓN · EDUCACIÓN

foundationforwomenscancer.org



Introducción

Usted y su familia han recibido un diagnóstico de cáncer de cuello de útero.

La cantidad de información que recibe en el momento del diagnóstico puede ser abrumadora. Si todo sucede de repente, puede sentir que hay muchas preguntas sin responder, decisiones que tomar y demasiada información para comprender. Puede ser útil tener a sus amigos y familiares con usted cuando hable sobre su diagnóstico y tratamiento.

Un equipo de profesionales de atención médica trabajará con usted y su familia a lo largo del proceso de su tratamiento. Cada uno de ellos tiene una función importante, pero el miembro más importante del equipo es usted. Para tener un papel activo durante su tratamiento, debe tratar de aprender todo lo que pueda acerca del cáncer de cuello de útero.

Este folleto la guiará a través de los aspectos básicos de lo que debe saber sobre el cáncer de cuello de útero. Le presentará a las personas que pueden formar parte de su equipo de tratamiento. Además, identificará los diferentes tipos de tratamiento contra el cáncer de cuello de útero. Esperamos que esta información la ayude a prepararse para hablar con su equipo de tratamiento y a sentirse más segura sobre su plan de tratamiento.

Cáncer de cuello de útero:

aspectos generales

El cáncer se produce cuando las células en una zona del cuerpo crecen de manera anormal. **El cáncer de cuello de útero es un cáncer que comienza en el cuello uterino, la parte del útero o matriz que se abre en la vagina.** Es la parte del útero que se dilata y se abre completamente para permitir que pase un bebé por el canal de parto. El cuello uterino normal tiene dos tipos principales de células: células escamosas (o planas), que protegen el exterior del cuello uterino, y células glandulares que se encuentran mayormente dentro del cuello uterino, y producen el fluido y la mucosidad que se ve comúnmente durante la ovulación.

El cáncer de cuello de útero es causado por cambios anormales en cualquiera de estos tipos de células en el cuello uterino, y es el único cáncer ginecológico que puede prevenirse mediante exámenes de detección regulares y vacunación preventiva.

Prevención

Debido a que casi todos los cánceres de cuello de útero son causados por una infección persistente por el virus del papiloma humano (VPH), la vacunación de mujeres jóvenes y niñas antes de que se conviertan en sexualmente activas (recomendada actualmente a los 11 y 12 años de edad) lleva a la mayor prevención contra el precáncer y el cáncer.

Además, se recomienda que también los muchachos jóvenes se vacunen.

La vacunación temprana junto con pruebas de Papanicolaou y pruebas de VPH cuando sean recomendadas es la mejor forma de prevenir el cáncer de cuello de útero. El cáncer de cuello de útero generalmente afecta a las mujeres de entre 30 y 55 años.

Síntomas

Los precánceres de cuello de útero generalmente no producen síntomas. Es por eso que es importante hacerse una prueba de Papanicolaou. Una mujer generalmente no tiene síntoma alguno hasta que las células se transforman en cáncer e invaden las partes más profundas del cuello uterino u otros órganos pélvicos.

Estos síntomas incluyen:

- Flujo vaginal
- Sangrado vaginal anormal
- Olor vaginal
- Dolor

Estos síntomas pueden ser causados por cáncer o por otros problemas de salud. Es importante que la mujer visite a su médico si tiene cualquiera de estos síntomas.

Evaluación médica

Cuando una mujer experimenta síntomas preocupantes, debe realizarse un examen ginecológico, incluso un examen rectovaginal, y un examen físico general. Si el examen es anormal, se le puede aconsejar a la mujer que se realice una prueba de VPH, una colposcopia (observación del cuello uterino a través de un dispositivo de aumento) y una biopsia, dependiendo de los resultados de la colposcopia.

Si se sospecha o le diagnostican cáncer de cuello de útero, es importante que primero busque atención de un ginecólogo oncólogo.

Para encontrar un ginecólogo oncólogo en su zona, ingrese a la página web de Foundation for Women's Cancer (foundationforwomenscancer.org) e ingrese su código postal en la sección "Find a Gynecologic Oncologist".





Trabajando con su equipo de tratamiento

Durante su tratamiento, entrará en contacto con muchos profesionales de atención médica. Estas personas conforman su equipo de tratamiento. Trabajarán juntos y con usted para proporcionar la atención especial que necesita. Su equipo de tratamiento puede incluir algunos de los profesionales de atención médica que se indican a continuación.

El **ginecólogo oncólogo** es un ginecólogo obstetra especializado que tiene tres o cuatro años adicionales de capacitación especializada en el tratamiento del cáncer ginecológico de un programa de subespecialidad aprobado por la American Board of Obstetrics and Gynecology. Un ginecólogo oncólogo puede manejar su atención desde el diagnóstico hasta la finalización del tratamiento.

También puede ser tratada por los siguientes profesionales:

Un **oncólogo médico** que se especializa en usar terapia farmacológica (quimioterapia) para tratar el cáncer.

Un **oncólogo de radioterapia** que se especializa en usar radioterapia para tratar el cáncer.

Un **enfermero de oncología** que se especializa en la atención del cáncer. Un enfermero de oncología puede trabajar con usted en todos los aspectos de su atención, desde ayudarla a comprender su diagnóstico y tratamiento hasta proporcionarle apoyo emocional y social.

Un **trabajador social** que tiene capacitación profesional en asesoría y asistencia práctica, programas de apoyo comunitario, atención domiciliaria, transporte, asistencia médica, seguro y programas de beneficios. Son defensores de gran ayuda, especialmente cuando recibe el diagnóstico por primera vez y no está segura de qué hacer después.

Un **orientador de pacientes** que educa a las pacientes sobre la enfermedad y actúa como defensor en nombre de la paciente y sus cuidadores a lo largo del tratamiento contra el cáncer.

Un **especialista en nutrición o nutricionista** que le ayuda a mantener o iniciar hábitos alimentarios saludables. Esto es importante en el proceso de recuperación. Estos profesionales pueden ayudarle a superar los posibles efectos secundarios del tratamiento como la pérdida del apetito, las náuseas o las llagas en la boca. Es importante tener en cuenta que los remedios y suplementos naturales se deben administrar únicamente bajo la supervisión de un médico naturoterapeuta en consulta con su ginecólogo oncólogo.

Conversación con su equipo de tratamiento

Usted merece recibir consejos y tratamiento especializados de su equipo de tratamiento. Asegúrese de hablar abiertamente acerca de sus preocupaciones con los miembros de su equipo. Hágales saber lo que es importante para usted. Si le resulta difícil hablar, estos consejos pueden ser útiles:

- Haga una lista de preguntas antes de la consulta. Haga las preguntas más importantes primero.
- Tome notas o pregunte si puede grabar sus visitas al consultorio médico y sus conversaciones telefónicas.
- Si no comprende algo, pídale al miembro del equipo de tratamiento que se lo explique de nuevo de otra forma.
- De ser posible, vaya acompañada por otra persona cuando se reúna con los miembros de su equipo de tratamiento para hablar sobre los resultados de las pruebas y las opciones de tratamiento.

Estadificación en cirugía

Cuando se diagnostica cáncer de cuello de útero, es fundamental determinar si el cáncer se ha propagado. Su equipo de tratamiento puede hacer más pruebas para determinarlo. Además, es posible que se realicen procedimientos específicos durante la cirugía para determinar el alcance de la enfermedad. Este proceso se denomina “estadificación o clasificación en estadios”. **La estadificación ayuda a determinar el alcance exacto de su cáncer y el mejor plan de tratamiento para usted.**

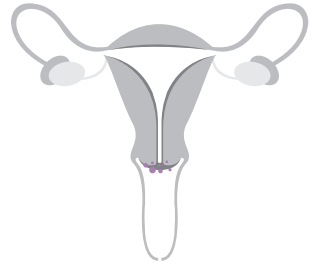
Después de la cirugía, su cáncer se clasificará en Estadio I, II, III o IV, como se ilustra en la siguiente página. También se le asignará un grado al cáncer. El grado se refiere a qué tan anormales se ven las células bajo el microscopio. Los tumores de bajo grado, también llamados de grado 1, tienen características que se asemejan a las de las células normales del cuello del útero. Por el contrario, en los tumores de alto grado (grado 3) el aspecto microscópico se ve sumamente alterado con respecto al normal.

Es importante que la cirugía sea realizada por un ginecólogo oncólogo, médico con capacitación especial en la atención de cánceres ginecológicos. Los estudios muestran que las pacientes que son tratadas por ginecólogos oncólogos en centros de elevado volumen asistencial tienen mejores resultados.

Estadios del cáncer de cuello de útero

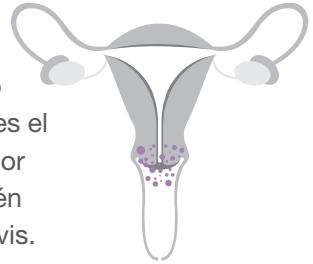
Estadio I

El cáncer solo se encuentra en el cuello uterino.



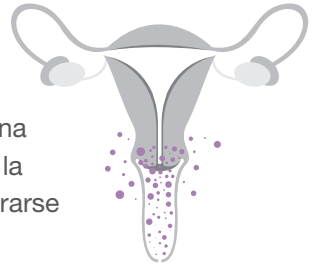
Estadio II

El cáncer se ha propagado del cuello uterino a la parte superior de la vagina o al tejido alrededor del útero. No se ha propagado a la pared pélvica. (La pared pélvica es el músculo y los tejidos conjuntivos que recubren el interior de los huesos pélvicos). Las células cancerosas también pueden encontrarse en los ganglios linfáticos de la pelvis.



Estadio III

El cáncer se ha propagado a la parte inferior de la vagina o a la pared pélvica. Puede bloquear el flujo de orina a la vejiga. Las células cancerosas también pueden encontrarse en los ganglios linfáticos de la pelvis.



Estadio IV

El cáncer se ha propagado a otras partes del cuerpo dentro o fuera de la pelvis. Las células cancerosas pueden encontrarse en la vejiga, el recto, el abdomen, el hígado, los intestinos o los pulmones.





El cáncer de cuello de útero se puede tratar con **cirugía**, **radioterapia** y/o **quimioterapia**. Dependiendo de varios factores, su equipo de tratamiento puede recomendar que se utilice una combinación de tratamientos para tratar su cáncer.

Comprensión de los objetivos del tratamiento

Cuando comience su tratamiento, asegúrese de comprender qué esperar. ¿Esto es para curar el cáncer? ¿Cuál es la probabilidad de cura? Si no tiene cura, ¿el tratamiento me hará vivir mejor o más tiempo? Es muy importante comprender la verdad acerca de qué esperar del tratamiento (y cuáles son los posibles costos de los efectos secundarios, gastos, etc.) para que pueda tomar las mejores decisiones para usted y la vida que desea llevar.

Todos los tratamientos contra el cáncer de cuello de útero tienen efectos secundarios. La mayoría de los efectos secundarios se pueden manejar o evitar. Algunos tratamientos pueden afectar su función sexual o su capacidad para tener hijos.

Antes de comenzar el tratamiento, es importante conocer los posibles efectos secundarios y hablar con los miembros de su equipo de tratamiento acerca de sus sentimientos e inquietudes. Estas personas pueden prepararla para lo que se puede esperar y decirle qué efectos secundarios debe informar de inmediato. También la pueden ayudar a encontrar maneras de manejar los efectos secundarios que experimente.

Cirugía

La cirugía es el tratamiento más común para el cáncer de cuello de útero en estadio temprano, aunque la radiación también puede utilizarse y generalmente funciona igual de bien. Se pueden realizar varios tipos de cirugía, pero la decisión final en su caso depende de varios factores que su ginecólogo oncólogo considerará, especialmente el estadio y el tamaño de su cáncer y su estado de salud general.

Conización del cuello de útero

La conización es la extirpación quirúrgica de únicamente la parte cancerosa (o precancerosa en muchos casos) del cuello uterino. La conización es una opción solo para los cánceres en las etapas más tempranas, aquellos que son microscópicos. Este es el tratamiento preferido para mujeres con cánceres muy pequeños que desean preservar su fertilidad.

Histerectomía

En una histerectomía abdominal, el útero y el cuello uterino se extirpan a través de una incisión en el abdomen. En la histerectomía vaginal menos común, estos órganos se extirpan a través de la vagina.

Histerectomía laparoscópica

Esta implica la extirpación del útero y del cuello uterino en un procedimiento que se realiza a través de varias (3 a 5) incisiones muy pequeñas en su abdomen, y el útero y el cuello uterino se extraen a través de la vagina. Este procedimiento permite una recuperación más rápida que la histerectomía abdominal.

Histerectomía robótica

Este procedimiento es esencialmente el mismo que el de una histerectomía laparoscópica que utiliza varias incisiones pequeñas, pero en este procedimiento su cirujano utiliza la asistencia de una tecnología robótica (robot) que él/ella controla en todo momento.

Histerectomía radical

Este procedimiento se puede realizar a través del abdomen (con una incisión), laparoscópicamente o robóticamente. La palabra radical implica que se extirpan el útero y el tejido entre el útero y la pared pélvica, así como también parte de la vagina superior.

Los ganglios linfáticos de la pelvis también se extirpan y se examinan para determinar si el cáncer se ha propagado (linfadenectomía pélvica radical). En algunos casos, se deben extirpar ambos ovarios y ambas trompas de Falopio. Este procedimiento se denomina salpingooforectomía bilateral.

Traquelectomía radical

En esta cirugía, su cuello uterino y los tejidos circundantes se extirpan, pero la parte superior del útero se conserva para un futuro embarazo. Esta operación solo está disponible para mujeres cuidadosamente seleccionadas y depende de varios factores.

Efectos secundarios de la cirugía

Es común sentir algo de dolor y molestia después de la cirugía. El dolor se puede controlar con medicamentos. Informe a su equipo de tratamiento si siente un dolor más que leve.

Otros efectos secundarios tempranos (días a semanas después de la cirugía):

- Náuseas
- Molestia relacionada con tubos, catéteres y dispositivos médicos
- Dificultad para orinar, por lo que es necesario, con frecuencia, un catéter que puede permanecer en su vejiga desde unos pocos días o hasta semanas
- Dolor en el abdomen alrededor de la incisión
- Dolores del tipo menstruales o por gases
- Flujo vaginal acuoso o sangrado

Efectos secundarios posteriores (semanas a meses):

- Fatiga
- Dificultad para orinar
- Estreñimiento
- Acortamiento de la vagina

Se pueden hacer algunas cosas al momento de su cirugía para minimizar estos efectos secundarios (como la colocación de un catéter de drenaje temporal en su vejiga). Las mujeres que se sometan a una histerectomía dejarán de tener períodos menstruales y ya no podrán tener hijos. Los niveles hormonales permanecerán iguales si se dejan los ovarios, o podrán descender a niveles menopáusicos si se extirpan los ovarios. La terapia hormonal para tratar síntomas menopáusicos es generalmente una opción si se extirpan los ovarios.

Radioterapia

La radioterapia (llamada también terapia de radiación) utiliza radiación de alta energía para destruir las células cancerosas o evitar que crezcan. La radioterapia puede ser un tratamiento efectivo para los cánceres de cuello de útero en estadio temprano. Sin embargo, en un cáncer de cuello de útero en estadio temprano, se utiliza más comúnmente como tratamiento adicional después de la cirugía en pacientes con el mayor riesgo de recurrencia de su cáncer (como cuando el tumor pueda haberse propagado más allá del cuello uterino). La radiación también se utiliza para tratar cánceres de mayor tamaño o en estadios más avanzados en los que funciona realmente mejor que la cirugía. Su necesidad de radioterapia se determinará usando información de pruebas de estadificación, exámenes y cirugía (si se realizó una operación basándose en los resultados al momento de su evaluación).

Se utilizan dos tipos de radioterapia para tratar el cáncer de cuello de útero. La radioterapia para tratar el cáncer de cuello de útero se administra en la mayoría de los casos en combinación con quimioterapia.

La **radioterapia externa** utiliza una máquina que dirige la radiación hacia una región específica del cuerpo. La terapia generalmente se administra diariamente, de lunes a viernes, durante aproximadamente seis semanas. La radiación no duele durante el tratamiento y solo tarda unos pocos minutos por día. Puede recibir el tratamiento en una clínica, hospital o consultorio de oncología radioterápica y, por lo general, usted regresa a su hogar cada día después del tratamiento.

La **radioterapia interna** (también llamada braquiterapia) implica colocar una pequeña cápsula de material radiactivo dentro de la vagina o cerca del cuello uterino. Este procedimiento a veces se puede realizar de forma ambulatoria y otras veces requiere de hospitalización por una o dos noches. Se administran medicamentos para aliviar la molestia de estos procedimientos. Durante el tiempo en que las cápsulas de radiación están en su interior, a su familia solo se le permite estar por un tiempo limitado cerca suyo, y las cápsulas de radiación se quitan antes de volver al hogar.

Efectos secundarios de la radiación

Los efectos secundarios de la radioterapia dependen de la dosis utilizada y la parte del cuerpo bajo tratamiento. Los efectos secundarios comunes en pacientes con cáncer de cuello de útero se enumeran a continuación.

Efectos secundarios tempranos (que ocurren durante el tratamiento):

- Piel seca o enrojecida en el área tratada
- Fatiga
- Anemia
- Diarrea y náuseas
- Molestia al orinar

La mayoría de estos efectos secundarios son temporales. No todas las mujeres tienen todos estos efectos secundarios. Asegúrese de hablar con los miembros de su equipo de tratamiento sobre los efectos secundarios que experimente. Ellos pueden ayudarla a encontrar formas de manejarlos.

Efectos secundarios posteriores:

- Estrechamiento de la vagina y pérdida de lubricación
- Frecuencia urinaria (cistitis por radiación)
- Diarrea (colitis por radiación)
- Menopausia precoz o repentina (si los ovarios dejan de funcionar)
- Engrosamiento e irritación de la piel

Asegúrese de hablar con su equipo de atención médica sobre qué puede hacer para reducir el riesgo de tener efectos secundarios a largo plazo por la radiación. A algunas complicaciones a largo plazo como, por ejemplo, el estrechamiento de la vagina, es mejor prevenirlas que tratarlas una vez que sean graves.

Quimioterapia

La quimioterapia es el uso de fármacos para destruir las células cancerosas. La quimioterapia para el cáncer de cuello de útero generalmente se administra de forma intravenosa (se inyecta en la vena). Puede recibir el tratamiento en el consultorio del médico o en la parte para pacientes ambulatorios del hospital. Los fármacos viajan a través del torrente sanguíneo para alcanzar todas las partes del cuerpo. Es por esto que la quimioterapia puede ser eficaz para tratar el cáncer de cuello de útero que se haya propagado más allá del cuello uterino. Sin embargo, los mismos fármacos que destruyen las células cancerosas también pueden dañar las células sanas. Para limitar el daño de las células sanas, la quimioterapia generalmente se administra en ciclos. Los períodos de quimioterapia se alternan con períodos de descanso, durante los cuales

no se administra quimioterapia. En general se siguen produciendo efectos secundarios, pero manejables.

Efectos secundarios de la quimioterapia

Todas las personas responden de forma diferente a la quimioterapia. Algunas personas pueden tener muy pocos efectos secundarios, mientras que otras experimentan varios. La mayoría de los efectos secundarios son temporales. Incluyen:

- Náuseas
- Pérdida del apetito
- Llagas en la boca
- Aumento del riesgo de infección
- Sangrado o fácil formación de moretones
- Vómito
- Caída leve de cabello y vello
- Fatiga
- Estreñimiento

La importancia de participar en estudios clínicos

Hay muchos estudios clínicos en curso que están estudiando nuevas y mejores formas de tratar el cáncer de cuello de útero. En la actualidad, hay muchas opciones de tratamiento disponibles debido a que hubo mujeres con un diagnóstico de cáncer ginecológico que estuvieron dispuestas a participar en estudios clínicos anteriores.

Los estudios clínicos están diseñados para evaluar algunos de los tratamientos más nuevos y prometedores para el cáncer de cuello de útero. Foundation for Women's Cancer se asocia con NRG Oncology (antes conocido como Gynecologic Oncology Group), parte del único grupo que colabora con el Instituto Nacional del Cáncer (NCI) que trabaja únicamente con estudios clínicos sobre el cáncer ginecológico, y otros para proporcionar información sobre los estudios clínicos disponibles en la actualidad.

Para obtener más información sobre estudios clínicos disponibles para inscribirse, visite www.clinicaltrials.gov.



Vivir con la terapia contra el cáncer

La experiencia de recibir un diagnóstico de cáncer ginecológico y someterse a un tratamiento contra el cáncer puede cambiar la forma en que se siente respecto a su cuerpo y esto afectará su vida de muchas formas. Puede experimentar muchos o relativamente pocos efectos secundarios. Conocer los posibles efectos del tratamiento puede ayudarla a anticiparlos y planificar las formas de afrontarlos.

Fatiga

Independientemente del tratamiento indicado, es probable que tenga fatiga, citas médicas frecuentes y momentos en que no se sienta lo suficientemente bien para hacer tareas en su hogar. Deberá apoyarse en su familia y amigos para que la ayuden con algunas de las cosas que suele hacer. Puede considerar contratar a alguien para que la ayude con las tareas hasta que se sienta lo suficientemente bien como para manejarlas de nuevo.

Si sabe que no tendrá apoyo en su hogar, hable francamente con su equipo de atención médica lo antes posible para poder explorar las alternativas. Dado que es importante tener una dieta nutritiva, asegúrese de pedir ayuda, si es necesario, para continuar teniendo opciones saludables de comidas y bocadillos en su hogar.

Asegúrese de que se controle su recuento sanguíneo para descartar la anemia como causa tratable de la fatiga. También hay medicamentos para el alivio de la fatiga.

Enfrentar al mundo

Los efectos del cáncer y de su tratamiento pueden alterar su aspecto. Puede parecer fatigada, pálida y lenta y es posible que deba enfrentar una caída de cabello temporal. Es posible que se sienta avergonzada debido a estos cambios. Puede ayudar imaginar cómo se podría sentir si una amiga o su hermana se vieran como luce usted. Recuerde que muchas personas la aman y no están juzgándola mientras ven estos cambios.

Adaptaciones en el trabajo

Probablemente deberá ausentarse bastante del trabajo durante el primer mes o los primeros dos meses de su tratamiento. Hable con sus supervisores en el trabajo y con su equipo de atención médica para establecer un plan realista de ausencias y regreso al trabajo. Recuerde decirle a su supervisor en su lugar de trabajo que todos los planes deben ser flexibles debido a que sus necesidades pueden cambiar a medida que progresa el tratamiento. La Ley de Licencia Familiar y Médica (FMLA) ofrece determinadas protecciones para los trabajadores y familiares que deben ausentarse del trabajo por motivos de salud.

Familia, amigos y diversión

Independientemente del tipo de tratamiento que reciba, es posible que experimente efectos secundarios que puedan afectar cómo se siente acerca de participar en eventos sociales con amigos y familiares. Hable con su equipo de atención médica si se acercan eventos especiales como una boda o una graduación. Tal vez se pueda adaptar el cronograma de sus tratamientos para que se sienta lo mejor posible durante estos días especiales. No dude en planear actividades que disfruta hacer. Tal vez deba cancelar en algunas ocasiones o irse un poco antes, pero pasar un buen rato la ayudará a encontrar fuerza para los días difíciles.

Frecuentemente es difícil que los niños pequeños comprendan por lo que está pasando. Los consejeros están disponibles para ayudarla a responder preguntas y ayudar a sus hijos a afrontar la situación. También es una buena idea pedirles a sus familiares y amigos que ayuden a mantener la rutina habitual de sus hijos.

Conducción de vehículos

Para muchas personas, conducir es una parte casi indispensable de la vida adulta. No debe conducir si está recibiendo medicamentos que causan somnolencia, como por ejemplo analgésicos opioides y algunos medicamentos para las náuseas. La mayoría de las mujeres pueden comenzar nuevamente a conducir a pocas semanas de la cirugía y generalmente las mujeres pueden conducir la mayoría de los días durante la quimioterapia y la radioterapia. Asegúrese de consultar a su equipo de atención médica sobre la conducción de vehículos.



Ejercicio

Durante el tratamiento puede sentir que incluso le resulta difícil subir las escaleras a su habitación, aunque haya trabajado duro en su vida adulta para mantenerse en forma. Es desalentador, pero normal, tener que disminuir o interrumpir su rutina de acondicionamiento físico. Si le han realizado una cirugía, pídale a su médico que le dé pautas específicas sobre la actividad física. Durante la quimioterapia o la radioterapia, adapte su actividad física a cómo se siente.

Debe evitar sobreejercirse o deshidratarse. En las semanas y meses posteriores a terminar el tratamiento contra el cáncer puede volver a desarrollar su nivel de acondicionamiento físico anterior.



Sexualidad e intimidad

Algunos tratamientos contra el cáncer de cuello de útero pueden causar efectos secundarios que pueden cambiar cómo se siente con respecto a su cuerpo o hacer que sea difícil disfrutar de las relaciones íntimas o sexuales. Los efectos secundarios que experimente dependen de su curso de tratamiento. Es posible que experimente algunos o ninguno en absoluto. Conocer los posibles efectos secundarios puede ayudarla a anticiparlos y planificar las formas de afrontarlos.

Los posibles efectos secundarios incluyen:

Caída de cabello. La caída del cabello, un efecto secundario habitual de la quimioterapia, es generalmente temporal. Igual puede ser difícil de aceptar. Si se le cae el cabello, puede optar por usar pelucas que le favorezcan, pañuelos u otros elementos para la cabeza.

Cambios en la vagina. Algunas formas de tratamiento, como la histerectomía y la radioterapia, pueden provocar sequedad, acortamiento y estrechamiento de la vagina. Estos cambios pueden hacer que la actividad sexual sea incómoda. Es posible que utilizar un lubricante vaginal de venta libre la pueda ayudar a sentirse más cómoda. También es posible que su equipo de tratamiento le recomiende un dilatador vaginal.

Disminución del deseo sexual. El estrés y la fatiga que puede sentir durante el tratamiento contra el cáncer puede hacer que pierda interés en el sexo durante un tiempo.

Consejos para afrontar la situación

Hable con su equipo de tratamiento. Pueden aconsejarla basándose en su situación particular, de modo que es muy importante que hable sinceramente con ellos. Es posible que desee preguntarles:

- ¿Cómo afectará mi sexualidad el tratamiento?
- ¿Estos efectos serán temporales?
- ¿Hay otras opciones de tratamiento que podrían disminuir estos efectos?
- ¿Tiene sugerencias sobre cómo puedo manejar los efectos que tiene el tratamiento en mi sexualidad?

Comuníquese con su pareja. El cáncer puede ocasionar tensión en la relación de una pareja. Puede ser difícil hablar sobre los efectos sexuales y emocionales que tiene el cáncer en su relación. Pero puede ser más fácil superar las dificultades si habla sobre ellas. Prepárese para compartir sus propios sentimientos y escuchar lo que su pareja tiene para decir.

Cambie el enfoque de la intimidad. Las relaciones sexuales son solo una parte de la intimidad. Puede descubrir que tocar, besar y abrazar es igual de gratificante.

Téngase paciencia. Comprenda que volver a tener relaciones sexuales puede llevar tiempo. Su equipo de tratamiento puede decirle si tiene que esperar para tener sexo después del tratamiento y cuánto tiempo debe hacerlo. Es posible que tarde más en sentir que está emocionalmente preparada. Tómese el tiempo que necesite.

Tenga la mente abierta. Tener la mente abierta y sentido del humor sobre las formas de mejorar su sexualidad les puede ayudar a usted y a su pareja a encontrar lo que funcione mejor para ustedes.

Mensajes de esperanza



Téngase paciencia a medida que transita el tratamiento contra el cáncer.

Comprenda que regresar completamente a su vida puede llevar tiempo.

Su equipo de tratamiento puede **guiarla a través de** las dificultades que enfrentará si saben qué le está afectando.

Hable abiertamente sobre las cosas que le molestan.

Tómese el **tiempo que necesite**.

Alimente la esperanza. Depende de usted hacerse cargo de su reacción, incluso cuando se enfrenta a la incertidumbre del cáncer. La esperanza ayuda a que vea los aspectos positivos de la vida.

Si tiene creencias espirituales internas, póngase en contacto con su comunidad religiosa para recibir más apoyo para enfrentar el día a día y **VIVIR**.

Busque apoyo. Hay muchos recursos disponibles para ayudarla a afrontar los problemas físicos, sexuales o emocionales que puede tener a causa del cáncer y su tratamiento. Los consejeros especialmente capacitados pueden ayudarle a manejar el impacto que tiene el cáncer en su vida. Los grupos de apoyo son otro buen

recurso. Las personas que están afrontando una situación parecida a la suya pueden reunirse para compartir sus experiencias y darse consejos y apoyo emocional mutuo. Para encontrar servicios de apoyo en su área, hable con un miembro de su equipo de tratamiento o comuníquese con los recursos que aparecen en la próxima página. Recuerde que está rodeada de un equipo de atención médica dedicado, así que permítanos acompañarla.

Las directivas anticipadas para las decisiones médicas pueden ser una herramienta útil para aclarar sus deseos respecto a la atención de la salud. Les recomendamos a los pacientes y a las familias que completen una. Su equipo de atención médica está disponible para guiarla en este tema.

Datos para compartir

La mayoría de los cánceres de cuello de útero son **prevenibles**.

La vacunación de los niños antes de que se vuelvan sexualmente activos puede **prevenir el precáncer y el cáncer de cuello de útero**.

Las **pruebas de Papanicolaou y las pruebas de VPH** en los intervalos recomendados tienen la misma importancia en la prevención del cáncer de cuello de útero.

Síntomas

- Sangrado después de las relaciones sexuales
- Flujo excesivo y sangrado anormal entre períodos menstruales.
- Olor vaginal
- Dolor

Estos síntomas pueden ser causados por cáncer o por otros problemas de salud. **Es importante que la mujer visite a su médico si tiene cualquiera de estos síntomas**. La mayoría de las mujeres **no tendrá síntomas**, por lo tanto vacunarse y hacerse pruebas de Papanicolaou y pruebas de VPH cuando sea recomendado es fundamental para prevenir el cáncer de cuello de útero.

Factores de riesgo

- Casi todos los cánceres de cuello de útero son causados por una infección persistente por el virus del papiloma humano, o VPH.
- El cáncer de cuello de útero generalmente afecta a las mujeres de entre 30 y 50 años, pero las mujeres más jóvenes también corren riesgo.
- El cigarrillo debilita el sistema inmunitario y un sistema inmunitario debilitado puede llevar a una infección por VPH persistente.

Disminución de riesgos

- Es necesario vacunarse antes de volverse sexualmente activa.
- Haga vacunar a sus hijos a partir de los 12 años.
- Realícese pruebas de Papanicolaou y pruebas de VPH en los intervalos recomendados por su proveedor de atención médica.

Si los resultados de sus pruebas son positivos para precáncer o cáncer de cuello de útero, busque atención de un ginecólogo oncólogo.

La Foundation for Women's Cancer ofrece muchos recursos a las mujeres, defensores y al público en general, incluyendo cursos para sobrevivientes alrededor de Estados Unidos y en línea. Encuentre más información al respecto en nuestra página web.

foundationforwomenscancer.org

¿Qué puede hacer para ayudarnos a acabar con el cáncer ginecológico?

Tome conciencia acerca de los cánceres ginecológicos.

Done en línea a Foundation for Women's Cancer.

Únase al evento Move4Her mediante la participación o donación a un equipo. **Move4Her.org**

Organice su propio evento para recaudar fondos o asociarse con la Fundación.

Haga una donación equivalente a la Fundación a través de su empleador.

Done acciones y valores a la Fundación.

Asigne una donación planificada a la Fundación.

Para hacer una donación o para obtener información adicional, envíe un correo electrónico a la Fundación a **info@foundationforwomenscancer.org** o llame al **312.578.1439**.

Conéctese con nosotros en las redes sociales



/foundationforwomenscancer



@GYNCancer



@foundationforwomenscancer

Done y conozca más
foundationforwomenscancer.org



La Foundation for Women's Cancer (FWC) es una organización 501(c)3 sin fines de lucro dedicada a incrementar la investigación, educación y concientización del riesgo, la prevención, la detección temprana y el tratamiento óptimo contra el cáncer ginecológico.

foundationforwomenscancer.org
info@foundationforwomenscancer.org

 /foundationforwomenscancer

 @GYNCancer

 @foundationforwomenscancer

teléfono 312.578.1439

fax 312.235.4059

Foundation for Women's Cancer

230 W. Monroe, Suite 710

Chicago, IL 60606-4703



Society of Gynecologic Oncology

La FWC es la fundación oficial de la Society of Gynecologic Oncology.

La impresión de este folleto fue posible gracias a un generoso aporte ilimitado con fines educativos de Genmab y Seattle Genetics. El apoyo financiero excluye la colaboración en su redacción.

Contenido desarrollado por la Foundation for Women's Cancer.