

JUNTAS SOMOS INQUEBRANTABLES

ATENCIÓN DEL CÁNCER: GUÍA DE CONVERSACIÓN CON FAMILIARES Y AMIGAS



Se estima que el cáncer causa 9.6 millones de muertes, o una de cada seis en todo el mundo.⁶ En 2040, se calcula que la carga global estimada crecerá hasta 27.5 millones de nuevos casos de cáncer y 16.3 millones de muertes debido al crecimiento y envejecimiento de la población.⁷ Es importante que hable con su médico sobre el riesgo de cáncer y aborde cuándo empezar la prueba de detección del cáncer. Es normal no saber cómo y cuándo empezar a hablar con su médico sobre este tema, especialmente si no tiene antecedentes familiares. A continuación se muestra una lista de preguntas para ayudarle a iniciar la conversación con su proveedor de atención médica.

El cáncer es la segunda causa de muerte en todo el mundo. Se estima que el cáncer causa 9.6 millones de muertes, o una de cada seis.⁷ Los tipos de cáncer más frecuentes entre las mujeres incluyen cáncer de mama, colorrectal, pulmonar, cervical y tiroideo.⁷ En 2040, se calcula que la carga global estimada crecerá hasta 27.5 millones de nuevos casos de cáncer y 16.3 millones de muertes debido al crecimiento y envejecimiento de la población.⁸

TEMAS PARA INICIAR LA CONVERSACIÓN CON FAMILIARES Y AMIGAS

Las mujeres deben emprender acciones para cuidar de su salud y la de sus seres queridos. Cuanto más sepa sobre la atención y la detección del cáncer, más podrá hacer para prevenir el contraer cáncer de forma temprana. Las pruebas de detección pueden ayudar a encontrar el cáncer en una fase temprana antes de que aparezcan los síntomas. Cuando el cáncer se detecta a tiempo, puede ser más fácil tratarlo o curarlo.⁸ Platique con familiares y amigas sobre la atención y la detección del cáncer, de modo que cada mujer se sienta empoderada para priorizar su salud y aliente a otras a hacerlo también.

1. Hable sobre su relación personal con el cáncer, lo que aprendió por cuenta propia o las conversaciones que ha tenido con su médico
2. Pregunte sobre su estado actual de salud: qué les preocupa y cuáles son sus desafíos.
3. Edúquese sobre los factores de riesgo del cáncer
 - Comente cómo es su estilo de vida
 - Identifique las áreas que se pueden ajustar para reducir el riesgo de cáncer
 - Analice cómo un diagnóstico de cáncer afectaría negativamente a su vida y a sus objetivos
4. Pregunte sobre los antecedentes familiares de cáncer y animeles a hablar con su médico:
 - ¿Tiene antecedentes familiares de algún tipo de cáncer?
 - ¿Habló con sus familiares acerca de sus propios riesgos?
5. Hable sobre los pasos que puede dar: ir a un médico, hacerse pruebas de detección, ajustar su dieta, hacer ejercicio, conectarlas a grupos de cáncer locales y otros recursos que conozca

¹Organización Mundial de la Salud. Cáncer. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cancer>. Organización Mundial de la Salud. Consultado en 2021. ²Sociedad Americana contra el Cáncer (n.d.). Carga global del cáncer en mujeres: Estado actual, tendencias e intervenciones. <https://www.cancer.org/content/dam/cancer-org/research/cancer-facts-and-statistics/global-cancer-facts-and-figures/global-burden-of-cancer-in-women.pdf>. Consultado en 2021. ³Kantar Health. (2021) Campaña de salud femenina de ICON: Atención del cáncer. Consultado en 2021. ⁴Organización Mundial de la Salud: Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer. (2020). OMS. <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/populations/484-mexico-fact-sheets.pdf>. Consultado en 2021. ⁵Factores de riesgo para el cáncer. (23 de diciembre de 2015). Instituto Nacional del Cáncer. <https://www.cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/risk>. Consultado en 2021. ⁶Levine, H. (8 de julio de 2016). 5 tipos más frecuentes de cáncer en mujeres. Prevención. <https://www.prevention.com/health/g20516694/5-most-common-types-of-cancer-in-women/>. Consultado en 2021. ⁷Sociedad Americana contra el Cáncer. (2021). Cifras y datos sobre el cáncer 2021. <https://www.cancer.org/content/dam/cancer-org/research/cancer-facts-and-statistics/annual-cancer-facts-and-figures/2021/cancer-facts-and-figures-2021.pdf>. Consultado en 2021. ⁸Descripción general de la detección del cáncer (PDQ®)—Versión para pacientes. (19 de agosto de 2020). Instituto Nacional del Cáncer. <https://www.cancer.gov/about-cancer/screening/patient-screening-overview-pdq>. Consultado en 2021.