

DÍA MUNDIAL CONTRA EL CÁNCER 2016



AYUDA AL PACIENTE ONCOLÓGICO

La Sociedad Anticancerosa de Venezuela (SAV) en el marco de la Campaña Mundial contra el Cáncer 2016-2018 se une a la Unión Internacional del Cáncer (UICC) en su Declaración Mundial, haciendo un llamado a tomar medidas inmediatas mediante el cumplimiento de metas y diseñando las acciones necesarias para alcanzarlas, en aras de reducir significativamente la creciente carga global de la enfermedad para el 2025.

Entre estas acciones, la SAV en su misión de educar y prevenir en materia de cáncer, se enmarca para esta Campaña en líneas de cooperación junto con la UICC durante todo el año. Destacándose, el 4 de febrero, Día Mundial contra el Cáncer, como parte de esa búsqueda por alcanzar los objetivos que persigue la Declaración Mundial.

Para este año los lemas de la campaña son “Nosotros Podemos” “Yo puedo” y se apoyan en las hojas informativas que ofrecen una idea general de los temas y áreas principales para la Campaña:

“Yo puedo llevar las riendas de mi experiencia con el cáncer”

“Yo Puedo Pedir ayuda”

“Yo puedo ser Yo mismo”

“Yo puedo volver al trabajo”

“Yo puedo amar y ser amado”

Estas hojas además de informar, sirven para la reflexión acerca de situaciones específicas que pudiese estar atravesando un paciente durante su enfermedad. Es por ello, que en la SAV queremos compartir las hojas informativas de la Campaña Mundial contra el Cáncer en nuestra página de Ayuda al Paciente Oncológico, para recordarles que no están solos y que estamos aquí para acompañarlos en este momento de vida.

Por eso, en el Día Mundial contra el Cáncer, la SAV te recuerda decir: “Yo puedo” superar obstáculos, creencias, prejuicios, temores y situaciones adversas para poder tener el control de las situaciones que enfrentamos en nuestra vida, donde el cáncer y lo que representa puede ser una de ellas.

Por eso, “Yo puedo” “Nosotros Podemos”

EDUCACIÓN Y PREVENCIÓN SAV

Campaña Mundial contra el cáncer UICC



EL 4 DE FEBRERO

#NosotrosPodemosYoPuedo

#DíaMundialcontraelCáncer

SOCIEDAD
ANTICANCEROSA
DE VENEZUELA
J-010056089-9



WWW.WORLDCANCERDAY.ORG

DÍA
MUNDIAL
CONTRA EL
CÁNCER 2016

YO PUEDO



LLEVAR LAS RIENDAS DE MI EXPERIENCIA CON EL CÁNCER



EL 4 DE FEBRERO

#NosotrosPodemosYoPuedo
#DíaMundialcontraelCáncer

WWW.WORLDCANCERDAY.ORG



Debe dotarse a los pacientes con cáncer y a sus familias con la capacidad necesaria para tener un mayor grado de control sobre las decisiones que influyen en su salud y bienestar, y para conservar la dignidad en todas las fases del proceso del cáncer.

Muchos pacientes valoran poder dar su opinión en lo que respecta a su tratamiento, por eso es importante que los oncólogos acuerden un plan de tratamiento que no solo respete su experiencia como médicos, sino también las necesidades y preferencias individuales del paciente¹. Ofrecer explicaciones claras sobre las opciones disponibles, que incluyan los riesgos, los beneficios y las incertidumbres asociadas es muy importante para ayudar a los pacientes a representar un papel activo en las decisiones sobre su tratamiento durante todo el proceso de la enfermedad^{2,3}.

Los pacientes con cáncer que reciben cuidados paliativos o de apoyo también pueden tener necesidades especiales para aliviar sus síntomas, dolor y malestar⁴. Tener acceso a una atención digna y

centrada en la persona, en la que los pacientes participen en las decisiones, y se traten todas sus necesidades (físicas, emocionales, espirituales y sociales) es esencial para ofrecer un cuidado paliativo o de apoyo efectivo^{5,6}.

LAS PERSONAS QUE PADECEN CÁNCER PUEDEN TOMAR LAS RIENDAS DE SU ENFERMEDAD AL DARLES MÁS PODER PARA SER PARTICIPANTES ACTIVOS EN LAS DECISIONES SOBRE SU ATENCIÓN MÉDICA, RESPETANDO SUS DESEOS Y CUBRIENDO SUS NECESIDADES.

1. Kehl KL, Landrum MB, Arora NK, et al. Association of actual and preferred decision roles with patient-reported quality of care: shared decision making in cancer care [publicado en línea el 12 de febrero de 2015]. JAMA Oncol. doi:10.1001/jamaoncol.2014.112.
2. Politi MC, Studts JL, Hayslip JW. (2012). Shared Decision Making in Oncology Practice: What Do Oncologists Need to Know? Oncologist. 17:91-100
3. MacMillan Cancer Support. Making treatment decisions. <http://www.macmillan.org.uk/information-and-support/treating/treatment-decisions>
4. Sociedad Americana contra el Cáncer. Una guía sobre el cuidado paliativo o de apoyo. ¿Qué es el cuidado paliativo? <http://www.cancer.org/espanol/servicios/cuidadospaliativos/una-guia-sobre-el-cuidado-paliativo-o-de-apoyo>
5. Pringle J, Johnston B, Buchanan D. (2015). Dignity and patient-centred care for people with palliative care needs in the acute hospital setting: A systematic review. Palliat Med. 23 de marzo. pii: 0269216315575681
6. OMS (2014). Strengthening of palliative care as a component of integrated treatment throughout the life course. A67/31 4 de abril de 2014.

DÍA
MUNDIAL
CONTRA EL
CÁNCER 2016

YO PUEDO



PEDIR AYUDA



EL 4 DE FEBRERO

#NosotrosPodemosYoPuedo
#DíaMundialcontraelCáncer

WWW.WORLDCANCERDAY.ORG



Mantener redes de apoyo social y hablar del cáncer pueden ser estrategias importantes para sobrellevar el impacto social y emocional que produce esta enfermedad, a corto y a largo plazo.

Esta afirmación sirve tanto para el paciente como para sus cuidadores. Este apoyo puede proceder de diversas fuentes (la pareja, los amigos, los familiares, los compañeros de trabajo, los profesionales de la salud y los orientadores) y algunas personas eligen acudir a grupos de autoayuda o de apoyo. Los grupos de apoyo pueden ofrecer un entorno protector y de apoyo para las personas que viven con el cáncer, de manera que puedan expresar sus sentimientos y reducir la ansiedad y el miedo¹.

A veces los compañeros de trabajo son otra fuente vital de apoyo. Hablar del cáncer con los compañeros y mantener el contacto con ellos durante las bajas laborales puede tener un impacto positivo para la recuperación².

El cuidado de los pacientes de cáncer también ejerce una gran influencia tanto en la salud física como en la mental. Los cuidadores, que suelen ser las parejas, familiares o amigos, reciben muy poca preparación, información o apoyo para llevar a cabo esta función vital³. Muchos cuidadores dejan de lado sus propias necesidades y sentimientos para centrarse en la persona enferma y puede que, como consecuencia, sufran problemas emocionales y aislamiento social⁴. El reconocimiento de los retos que plantea cuidar a una persona con cáncer y pedir ayuda puede ofrecer muchos beneficios para poder sobrellevarlo y más calidad de vida⁵.

LAS PERSONAS QUE PADECEN CÁNCER Y SUS CUIDADORES PUEDEN PEDIR APOYO PARA AYUDARLOS A SOBRELLEVAR EL CÁNCER.

1. Ussher J, Butow P, Wain G. et al. (2005). Research into the Relationship Between Type of Organisation and Effectiveness of Support Groups for People with Cancer and their Carers. <http://staging.cancercouncil.com.au/wp-content/uploads/2011/02/Executive-Summary-for-CSG-research-2005.pdf>.

2. Macmillan Cancer Support. Work and Cancer. <http://www.macmillan.org.uk/Cancerinformation/Livingwithandaftercancer/Workandcancer/Workandcancer.aspx>

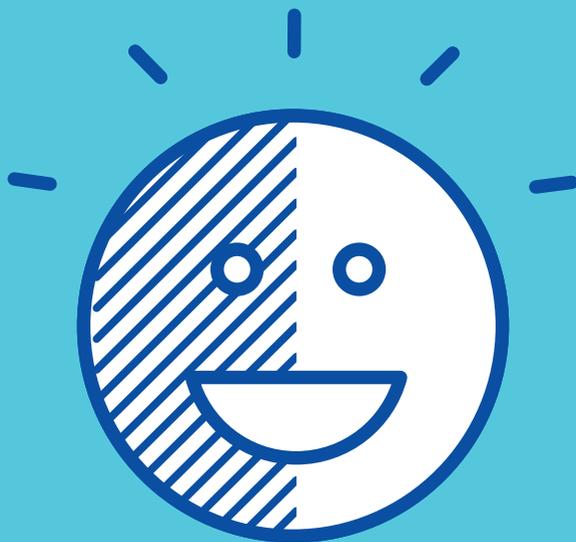
3. Northouse LL, Katapodi M, Song L, et al. (2010). Interventions with family caregivers of cancer patients: meta-analysis of randomized trials. *CA Cancer J Clin*, n.º 60, p. 317-339

4. NBCF. (2013). *So I Bit down on the Leather: Ending the Silence*. Sidney: National Breast Cancer Foundation

5. Looking after someone with cancer. <http://be.macmillan.org.uk/be/s-330-information-for-carers.aspx>

DÍA
MUNDIAL
CONTRA EL
CÁNCER 2016

YO PUEDO



SER YO MISMO



EL 4 DE FEBRERO

#NosotrosPodemosYoPuedo
#DíaMundialcontraelCáncer

WWW.WORLDCANCERDAY.ORG

YO PUEDO — SER YO MISMO



El cáncer y su tratamiento pueden cambiar la percepción que los pacientes con esta enfermedad tienen de sí mismos y de su aspecto.

Estos sentimientos pueden deberse a los cambios físicos que se producen durante y después del tratamiento. Los cambios pueden ser a corto plazo (como la pérdida del pelo por la quimioterapia) o a largo plazo (como dificultades para hablar o la pérdida de una extremidad por el tratamiento quirúrgico de algunos tipos de cáncer) y todo ello puede reducir la calidad de vida de una persona y dar lugar al estigma y a la discriminación¹⁻³. Hay algunos cambios que, aunque otras personas no puedan verlos, tiene un impacto enorme en la imagen física de los enfermos (por ejemplo, la incontinencia urinaria que surge a raíz del tratamiento del cáncer de próstata) y producen ansiedad y depresión.

Para muchos pacientes con cáncer, afrontar los problemas de su aspecto físico es una forma de recuperar el control de su vida y mantener un grado de normalidad. El acceso a servicios de apoyo

especializados en prestar ayuda para sobrellevar los cambios del aspecto físico, como llevar una peluca o una prótesis, puede aumentar la autoestima y la calidad de vida^{4,5}. Pedir consejo a un profesional de la salud y mantenerse activo realizando ejercicio físico de forma regular son también formas de ayudar a los pacientes de cáncer a recuperar la confianza en sí mismos y en su aspecto⁶.

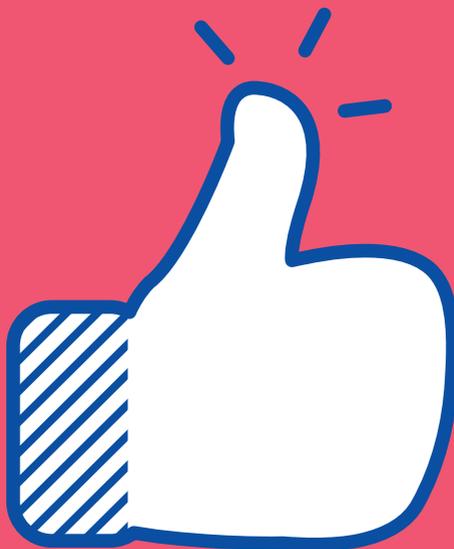
CON EL APOYO ADECUADO, LAS PERSONAS CON CÁNCER PUEDEN VOLVER A SENTIRSE ELLAS MISMAS.

1. Fingaret MC, Teo I, Epner DE. (2014). Managing body image difficulties of adult cancer patients: Lessons from available research. *Cancer*. 120:633-41.
2. Rosenberg SM, Tamimi RM, Gelber S et al. (2013). Body image in recently diagnosed young women with early breast cancer *Psycho-Oncology*. 22:1849-55.
3. Taylor-Ford M, Meyerowitz BE, D'Orazio, LM, et al. (2013). Body image predicts quality of life in men with prostate cancer. *Psycho-Oncology* 22, 756-761
4. Instituto Nacional del Cáncer. Su imagen propia y su sexualidad. <http://www.cancer.gov/espanol/cancer/>

5. Sociedad Americana contra el Cáncer. Prótesis. <http://www.cancer.org/espanol/servicios/cuidadoresdelasalud/fragmentado/la-atencion-del-paciente-con-cancer-en-el-hogar-una-guia-para-los-pacientes-y-sus-familias-care-at-home-prostheses>
6. Macmillan Cancer Support. Changes to appearance and body image. <http://www.macmillan.org.uk/information-and-support/coping/changes-to-appearance-and-body-image/body-image-after-treatment>

DÍA
MUNDIAL
CONTRA EL
CÁNCER 2016

YO PUEDO



VOLVER AL TRABAJO



EL 4 DE FEBRERO

#NosotrosPodemosYoPuedo
#DíaMundialcontraelCáncer

WWW.WORLDCANCERDAY.ORG

YO PUEDO — VOLVER AL TRABAJO



Aunque volver al trabajo después de un tratamiento oncológico puede ser difícil para muchas personas, el poder reincorporarse de forma fácil a la vida laboral puede ser un factor importante desde el punto de vista personal y práctico. Un trabajo puede restablecer la normalidad, la rutina, la estabilidad, el contacto social y los ingresos¹.

Con frecuencia, las personas con cáncer necesitan que sus empleadores les hagan determinadas concesiones para ayudarles a volver con éxito a su vida laboral. Hablar del cáncer con los jefes puede ayudar a estos enfermos a adaptarse, por ejemplo, con cambios de tareas o funciones o permitiéndoles una vuelta al trabajo escalonada. A las personas con cáncer puede animarles saber que cuando vuelvan al trabajo es probable que se encuentren un entorno que desea ayudarlos a adaptarse a los retos a los que se enfrentan por su enfermedad.

También es importante que las personas con cáncer que deseen volver a trabajar conozcan sus derechos. En muchos países, los empleadores están obligados por ley a realizar los ajustes razonables en el entorno de trabajo para los empleados con cáncer, así como a asegurarse de que no se encuentran en desventaja en comparación con otros empleados².

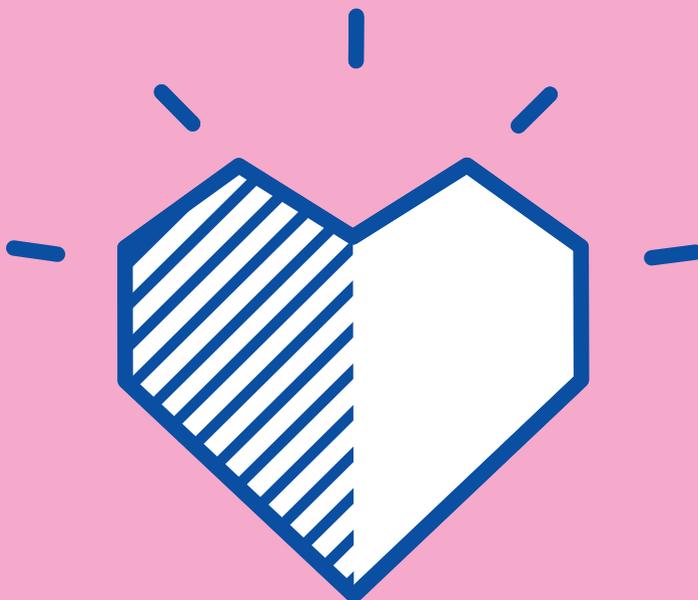
CON EL APOYO ADECUADO, LAS PERSONAS CON CÁNCER PUEDEN VOLVER CON ÉXITO A SU VIDA LABORAL.

1. Macmillan Cancer Support. Work and Cancer. <http://www.macmillan.org.uk/Cancerinformation/Livingwithandaftercancer/Workandcancer/Workandcancer.aspx>

2. McCabe Centre for Law & Cancer, Cancer Council Victoria. (2013). Making the law work better for people affected by cancer. Melbourne: McCabe Centre for Law & Cancer.

DÍA
MUNDIAL
CONTRA EL
CÁNCER 2016

YO PUEDO



AMAR Y SER AMADO

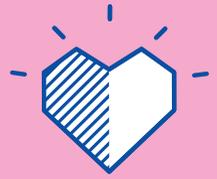


EL 4 DE FEBRERO

#NosotrosPodemosYoPuedo
#DíaMundialcontraelCáncer

WWW.WORLDCANCERDAY.ORG

YO PUEDO — AMAR Y SER AMADO



El cáncer y su tratamiento pueden hacer que se resientan las relaciones de pareja, ya que la enfermedad presenta retos para la comunicación, la intimidad y el bienestar sexual de la persona enferma y de su compañero o compañera.

El cáncer afecta a todos los que forman parte de la vida del paciente aunque de diversas formas. La enfermedad puede afectar especialmente a las parejas y hacerles sentir rabia, frustración y ansiedad¹⁻³. También pueden tener que ajustarse a los cambios de papel y responsabilidades como cuidadores principales, y esto puede tener un efecto negativo en la relación. Aunque no existe una fórmula universal para que el paciente de cáncer y su cuidador puedan sobrellevar la enfermedad, hay cosas que las parejas pueden hacer para apoyarse mutuamente durante este difícil periodo¹. Por ejemplo, mantener las líneas de comunicación siempre abiertas y dedicar tiempo a hablar de sentimientos y temas difíciles, como el miedo a la recurrencia o problemas financieros, puede ayudar a sobrellevar el impacto emocional⁴. Algunas parejas también se pueden beneficiar hablando con un orientador u otras personas que han sufrido la enfermedad.

Para muchas personas una de las consecuencias más devastadoras y duraderas del diagnóstico de cáncer es el impacto que causa en la salud sexual y en el bienestar⁵. Tanto los hombres como las mujeres sufren cambios en la actividad sexual y la sexualidad después del tratamiento oncológico⁶.

Los hombres, por ejemplo, pueden sufrir cambios físicos en la sexualidad que pueden surgir de daños neuronales producidos por la cirugía o la radioterapia del cáncer de próstata. Los cambios también pueden estar asociados a los efectos del tratamiento (cansancio, dolor y aumento de peso) y pueden contribuir al malestar, producir respuestas emocionales negativas y hacer que el paciente se sienta poco atractivo sexualmente. Solicitar información y asistencia a los profesionales de la salud y a los servicios de apoyo del cáncer puede ayudar a los pacientes a ajustarse a los cambios de la actividad sexual y ayudar a las parejas a renegociar sus relaciones íntimas y su vida sexual.

AFRONTAR JUNTOS LOS RETOS DEL CÁNCER Y DE SU TRATAMIENTO PUEDE AYUDAR A LAS PERSONAS ENFERMAS Y A SUS PAREJAS A SEGUIR TENIENDO UNA RELACIÓN ESTRECHA Y AMOROSA.

1. Macmillan Cancer Support. Relationships – You and your Partner. <http://www.macmillan.org.uk/information-and-support/coping/relationships/you-and-your-partner>
2. Girgis A, Lambert S, Johnson C, et al. (2013). Physical, Psychosocial, Relationship, and Economic Burden of Caring for People With Cancer: A Review. *J Oncol Practice*, 9, 197-202
3. NBCF. Ending the silence for men whose partners have breast cancer. <http://www.nbcf.org.au/Research/Research-Achievements/Partners-and-Breast-Cancer-Report.aspx>

4. Livestrong. Communicating with your partner. <http://www.livestrong.org/we-can-help/preparing-yourself/communicating-with-your-partner/>
5. Ussher JM, Perz J & Gilbert, E. (2012). Changes to sexual well-being and intimacy after breast cancer. *Cancer nursing*, 35, 456-65
6. Perz J, Ussher JM, Gilbert et al (2014). Feeling well and talking about sex. *BMC Cancer* 14:228.