

En cáncer

ninguna
duda

es tonta

GUÍA DE DUDAS EN

CÁNCER DE TIROIDES



Una iniciativa creada por:

Lilly

Con la colaboración de:

aecat
ASOCIACIÓN ESPAÑOLA
DE CÁNCER DE TIROIDES

SEOM *Acciones sociales*
Sociedad Española
de Oncología Médica
SEOM® es una marca registrada.
El apoyo de SEOM no implica la
organización ni financiación del evento

SEOM
apoya
esta
iniciativa

CONTENIDO DE ESTA GUÍA

1. ¿QUÉ ES “En cáncer ninguna duda es tonta”?
¿POR QUÉ ES IMPORTANTE ESTA GUÍA?

2. ¿QUÉ PREGUNTAR?

-  ASPECTOS MÉDICOS
-  VIDA FAMILIAR Y SOCIAL
-  VIDA ÍNTIMA
-  VIDA LABORAL
-  NUTRICIÓN Y EJERCICIO FÍSICO
-  CUIDADO PERSONAL Y ESTÉTICO
-  OTRAS ACTIVIDADES DEL DÍA A DÍA

3. LAS DUDAS EN EL UNIVERSO
DEL TIROIDES

-  DIAGNÓSTICO
-  TRATAMIENTO
-  SEGUIMIENTO
-  RECAÍDA
-  SUPERVIVENCIA A LARGO PLAZO
-  CUIDADOS PALIATIVOS
-  TESTAMENTO VITAL Y DOCUMENTO
DE VOLUNTADES ANTICIPADAS

4. INFORMACIÓN ASOCIACIONES
DE PACIENTES Y COLABORADORES
PROYECTO

5. AGRADECIMIENTOS

6. REFERENCIAS

7. PLASMA TUS DUDAS

1. ¿QUÉ ES

En cáncer

ninguna
duda

es tonta



Cáncer de
tiroides

‘En Cáncer, Ninguna Duda Es Tonta’ es una iniciativa de Lilly en colaboración con las principales sociedades científicas y asociaciones de pacientes en torno al cáncer, que tiene como objetivo romper el bloqueo que puede surgir tras el diagnóstico y resolver todas las dudas, incluso aquellas que nos puedan parecer “tontas”. **Es importante priorizar la salud antes que la vergüenza o miedos.**

Resolver las dudas puede ayudarnos a entender mejor la enfermedad, mejorar nuestra calidad de vida, vivir mejor y facilitar la comunicación. Es importante expresar todas las dudas, no solo unas pocas. Porque en temas de salud, y en especial en cáncer, ninguna duda se considera tonta.

Aunque este material tiene como finalidad ser una guía útil y de consulta para el paciente, también queremos respetar en todo momento la voluntad de aquellas personas que por el momento no deseen tener más información sobre su enfermedad o que prefieran utilizar la guía en otro momento vital del proceso.

Esta iniciativa ha sido desarrollada por *Lilly* en colaboración con la **Asociación Española de Afectados de Cáncer de Pulmón (AEACaP)**, **Asociación Española de Afectados por Linfoma, Mieloma y Leucemia (AEAL)**, **Asociación Española de Cáncer de Tiroides (AECAT)**, la **Asociación Española Cáncer de Mama Metastásico (AECMM)**, la **Federación Española de Cáncer de Mama (FECMA)**, el **Grupo Español de Pacientes con Cáncer (GEPAC)**, así como junto a la **Sociedad Española de Hematología y Hemoterapia (SEHH)**, y la **Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM)**.

En concreto, esta **guía centrada en las dudas sobre el cáncer de tiroides** puede ser útil como herramienta de comunicación tanto para

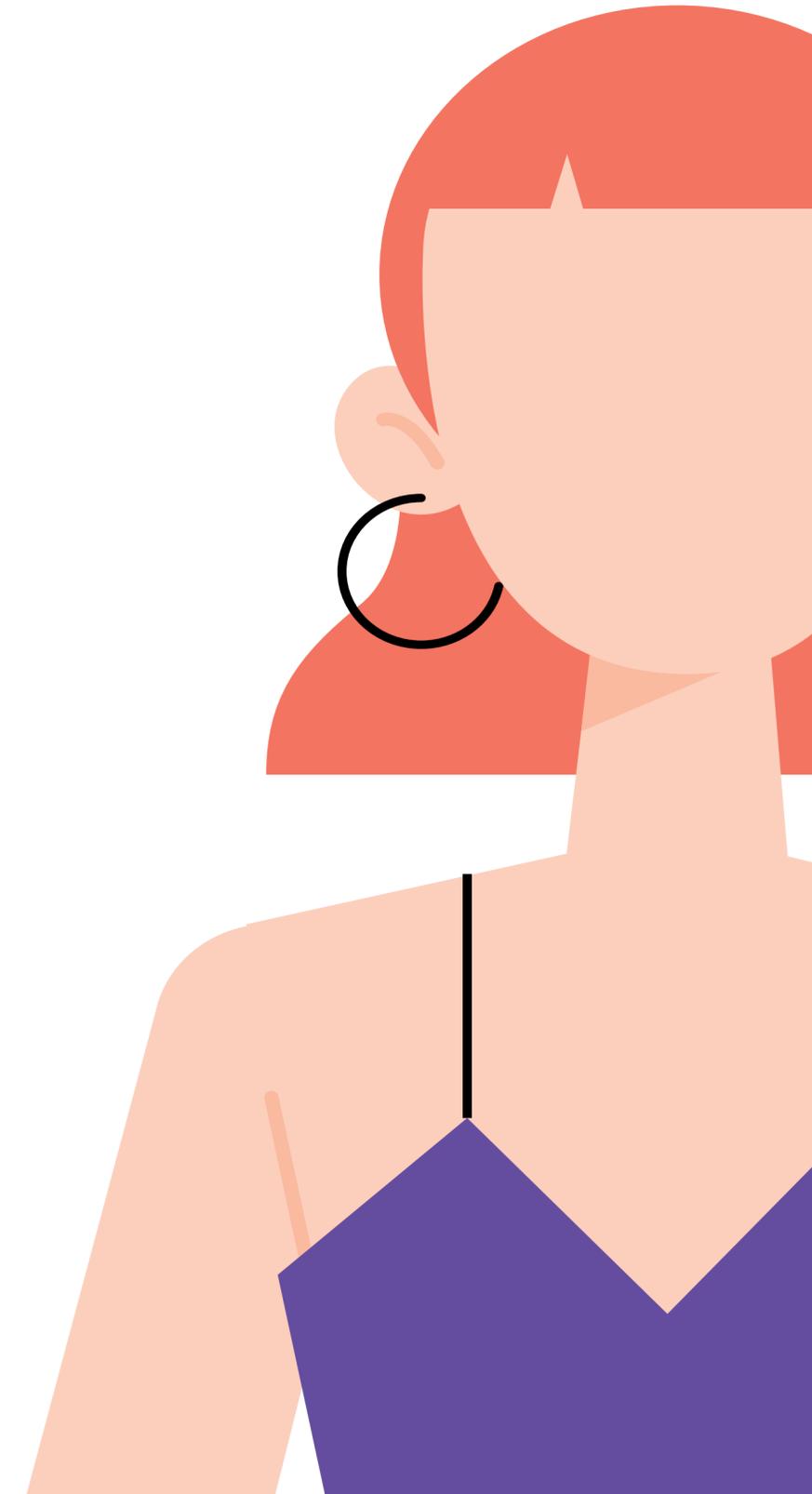
pacientes, familiares, cuidadores como para profesionales sanitarios, y es fruto del trabajo conjunto entre la **Asociación Española de Cáncer de Tiroides (AECAT)** y la **Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM)**.

La guía se divide en varios apartados, en los cuales se muestra una diversidad de cuestiones y dudas reales que han surgido durante la consulta para que puedan **servir de ejemplo e inspiración para otras personas con cáncer. Estas dudas se pueden agrupar según el momento de la enfermedad en el que te encuentres, o según la temática, bien sean dudas sobre los tratamientos, la vida íntima o la nutrición y ejercicio físico, entre otros temas. Es por eso por lo que verás que algunas dudas pueden repetirse en un apartado u otro. El objetivo de este material es que pueda usarse como manual de consulta práctico en cualquier momento de tu proceso con la enfermedad. Usa lo que necesites cuando lo necesites.**

Como las dudas pueden ser infinitas, al final encontrarás una hoja en blanco, para poder plasmar las tuyas propias si no las encuentras en esta guía y, así, tenerlas a mano para que no queden sin respuesta.

¿Por qué colaboramos con asociaciones de pacientes y sociedades médicas?

“En Cáncer, ninguna duda es tonta” quiere ayudar a los pacientes, familiares y cuidadores a perder sus miedos y a mejorar el diálogo con su médico, ofreciendo un material de apoyo con información fiable e inspiradora. Por ello, **¿quién mejor que los propios pacientes y los profesionales de la Oncología para aportar su experiencia?**



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE ESTA GUÍA?

Resultados del estudio sociológico "En cáncer, ninguna duda es tonta"

Estos son los principales resultados de un estudio social realizado a pacientes con cáncer en España en febrero de 2024, gracias a la colaboración de las seis asociaciones de pacientes con las que se ha elaborado esta iniciativa. Estos datos reflejan una necesidad de mejorar y fomentar la comunicación médico-paciente y de resolver las dudas en consulta, no solo unas pocas, así como que los pacientes puedan contar con información de consulta fiable y el papel clave de las asociaciones de pacientes.

Si quieres acceder al estudio social completo visita www.lilly.com/es/encancerningunadudaestonta.

El 46,5% de pacientes se han callado dudas cuando está en consulta médica. ¿Sabes por qué motivos?

46,1% bloqueo



23,3% vergüenza



36,4% miedo



19,9% desconfianza



35,9% olvido

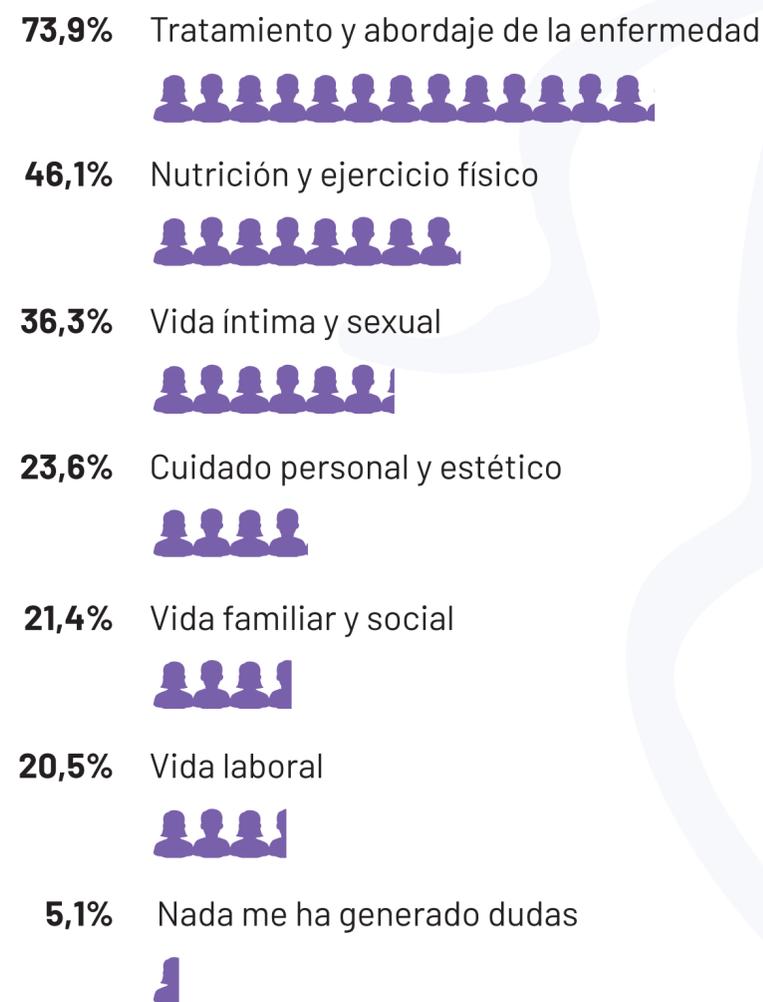


15,5% otras

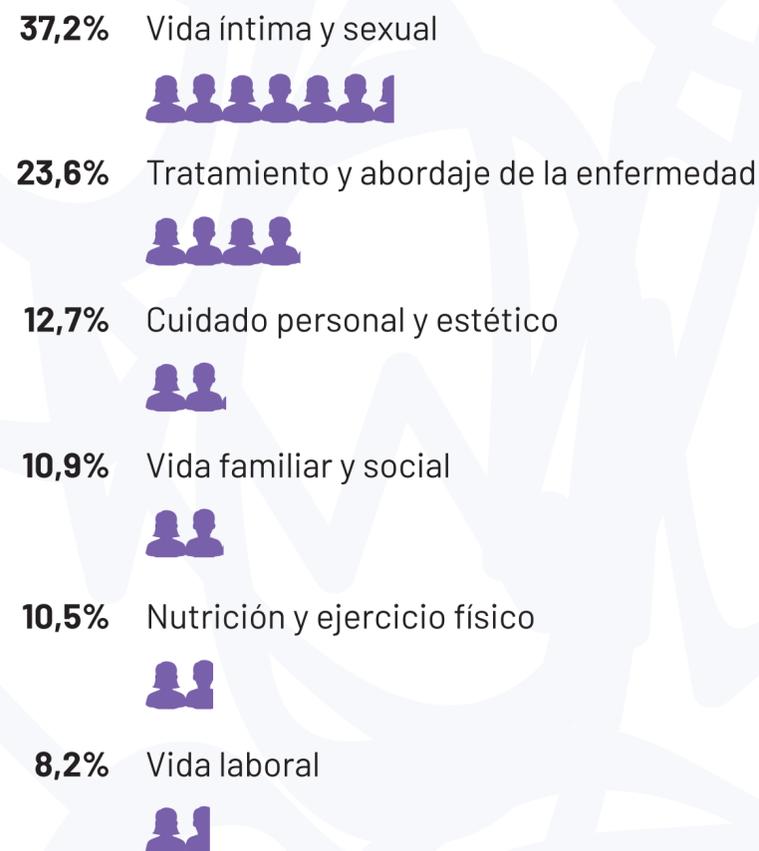


Más del **95%** de los pacientes con cáncer quieren poder acceder a **información fiable** para resolver sus dudas y más del **94%** les gustaría mejorar la **comunicación con su médico**.

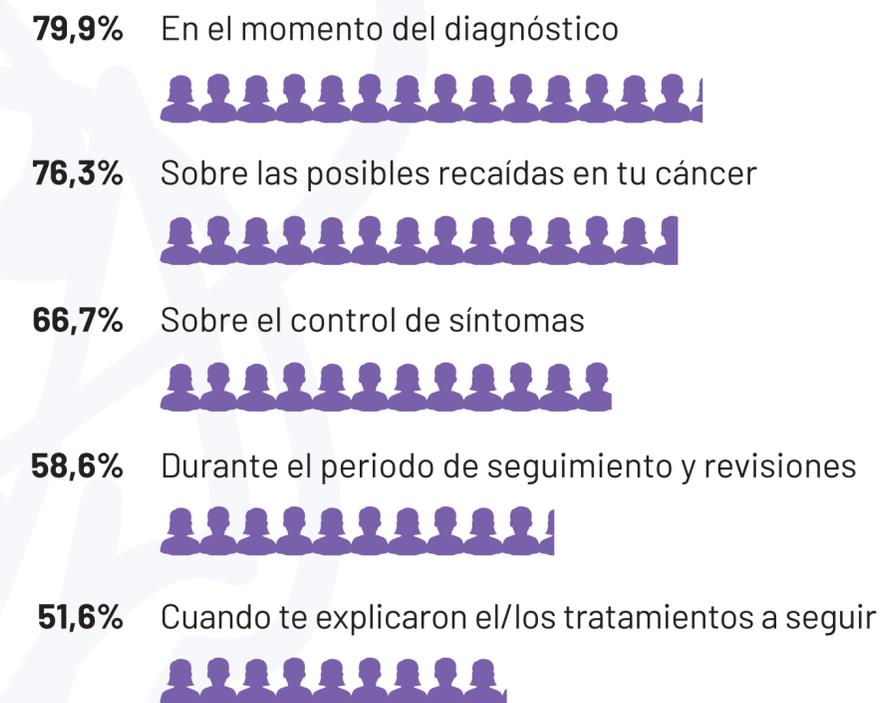
Temas que generan más dudas a los pacientes:



Temas que los pacientes no se atreven a preguntar:



¿En qué momento de la enfermedad se tienen más dudas?



2. ¿QUÉ PREGUNTAR?

¿Te bloqueas cuando vas a consulta con el médico y no sabes qué preguntar? A veces pueden surgir dudas que incluso en la siguiente visita no te atrevas a expresar porque sientas vergüenza, miedo o por creer que no son lo suficientemente relevantes.

El miedo a quedarnos en blanco o el bloqueo a no expresar lo que sentimos son situaciones pendientes de resolver. En esta guía queremos dar herramientas para intentar gestionar lo mejor posible este miedo y es que creemos que **una mejor comunicación médico-paciente puede repercutir de manera positiva en tu calidad de vida.**

// Resolver tus dudas, tranquiliza la incertidumbre, ayuda a disminuir el miedo y la parálisis que provoca el diagnóstico, o las dudas que van surgiendo en el seguimiento. Contar con un apoyo, una respuesta aporta calma y sentirte acompañado. Afrontas el reto con compañía e información y esto contribuye a sobrellevar mejor tu proceso de salud, tanto el físico como emocional. //

ARANTXA SÁEZ, presidenta de AECAT

TEMÁTICAS CLAVE

- ABORDAJE Y TRATAMIENTO
- VIDA FAMILIAR Y SOCIAL
- VIDA ÍNTIMA
- VIDA LABORAL
- NUTRICIÓN Y EJERCICIO FÍSICO
- CUIDADO PERSONAL Y ESTÉTICO
- OTRAS ACTIVIDADES DEL DÍA A DÍA

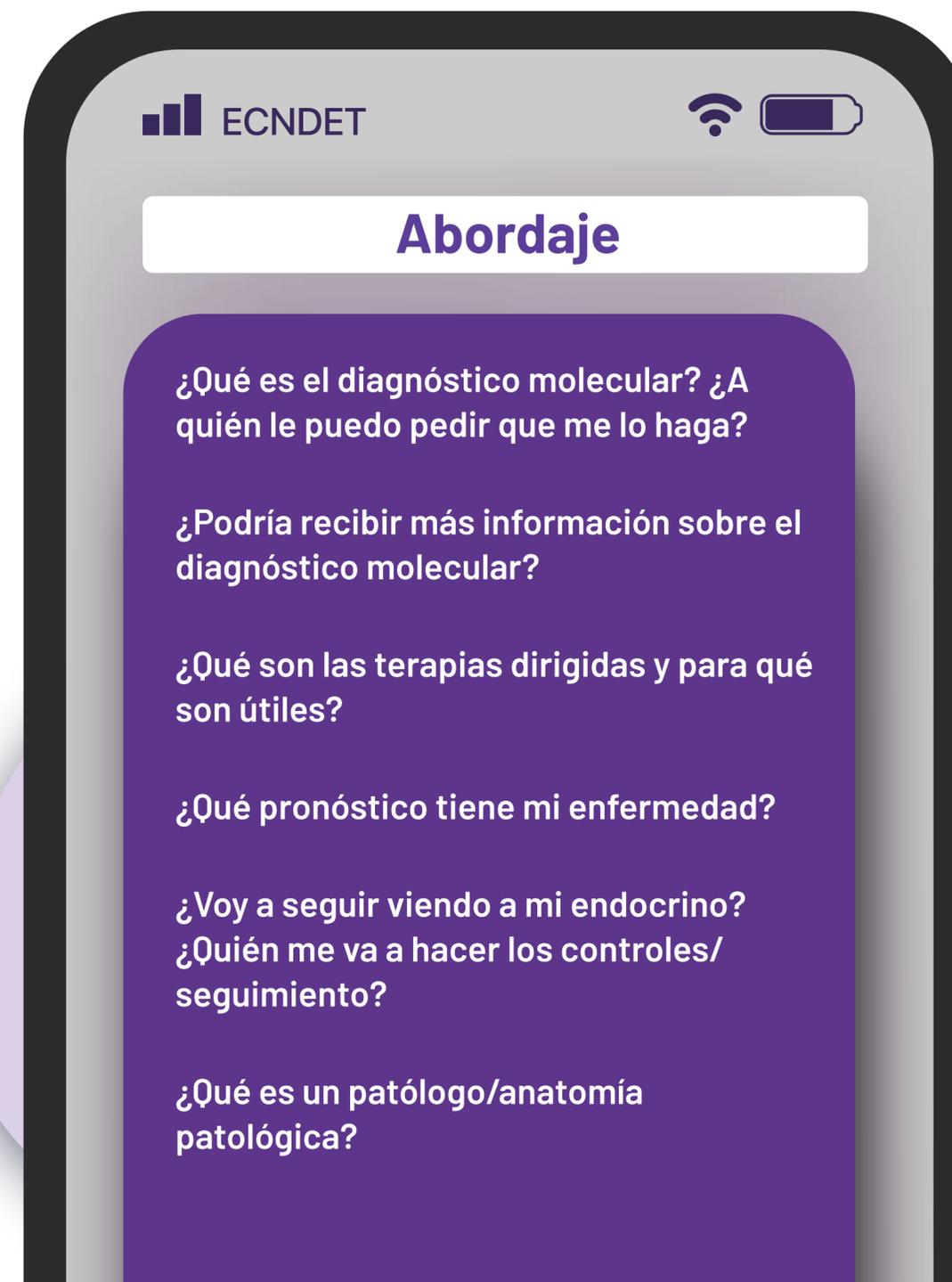
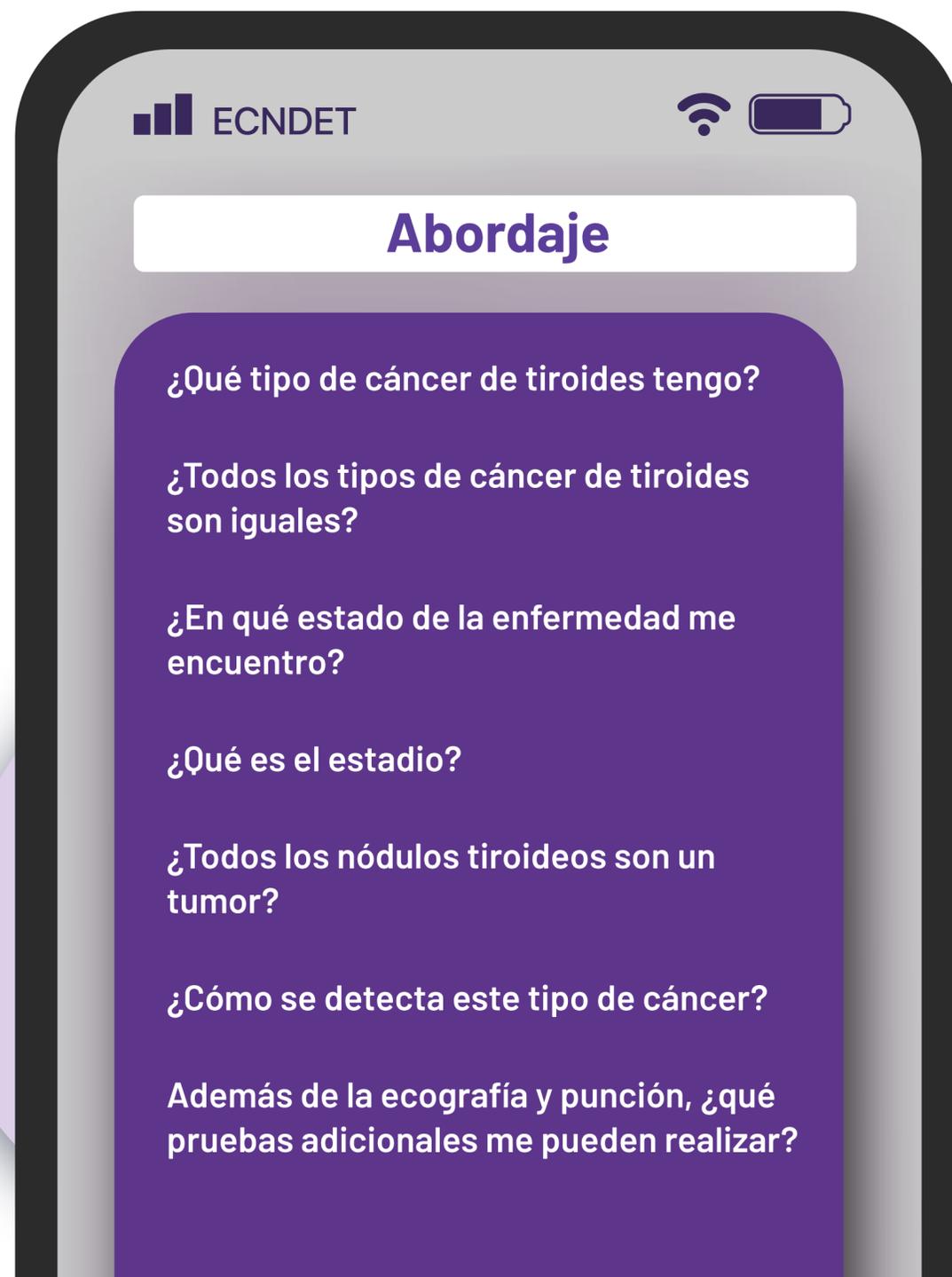
ABORDAJE Y TRATAMIENTO

Cada paciente con cáncer es único. Por esto, es muy importante entender desde el principio cómo se va a abordar la enfermedad y cuál va a ser el camino por recorrer. Resulta fundamental que **tengamos información a través de una comunicación abierta con nuestro médico oncólogo** para entender la situación en la que nos encontramos y saber las opciones de tratamiento que mejor se adecúan a nuestra situación, cuál es su beneficio y cuáles sus efectos adversos.



DUDAS DESTACADAS

¿Qué dudas puedes preguntar para entender tu cáncer de tiroides?:



Sabemos que existen distintos tipos de tratamientos y mucha información que procesar. Aquí te dejamos algunas preguntas que te pueden ayudar en este proceso:

ECNDET

Tratamiento, efectos secundarios e interacciones

- ¿Voy a necesitar tratamiento?
- ¿Qué tipo de tratamiento voy a recibir?
- ¿Cuánto dura este tratamiento?
- ¿Qué puedo esperar de mi tratamiento?
- ¿Puede fallar el tratamiento? ¿Hay más opciones tras este tratamiento?
- ¿Qué efectos secundarios tiene mi tratamiento?
- ¿Cuándo debo preocuparme por un efecto secundario?
- ¿Qué tipo de cirugía me van a realizar?
- ¿Por qué en algunas cirugías se extirpa toda la tiroides y en otras no? ¿Qué implicaciones tiene quitar la tiroides? ¿Puedo vivir sin mi tiroides?

ECNDET

Tratamiento, efectos secundarios e interacciones

- ¿Qué es la terapia hormonal sustitutiva?
- ¿Qué es el tratamiento con radio-yodo?, ¿cuál es su procedimiento?, ¿qué preparación previa tengo que hacer?, ¿tengo que hacer una dieta especial?, ¿qué medidas de precaución tengo que llevar para con los demás?
- ¿Cómo debo tomar la terapia hormonal sustitutiva?, ¿qué interacciones puede tener con otros tratamientos? ¿Qué pasa si me olvido de tomar la terapia? ¿Tengo que tomármela todos los días a la misma hora? ¿Con o sin comida?
- ¿Tengo que modificar mi tratamiento habitual si tomo terapia hormonal sustitutiva?

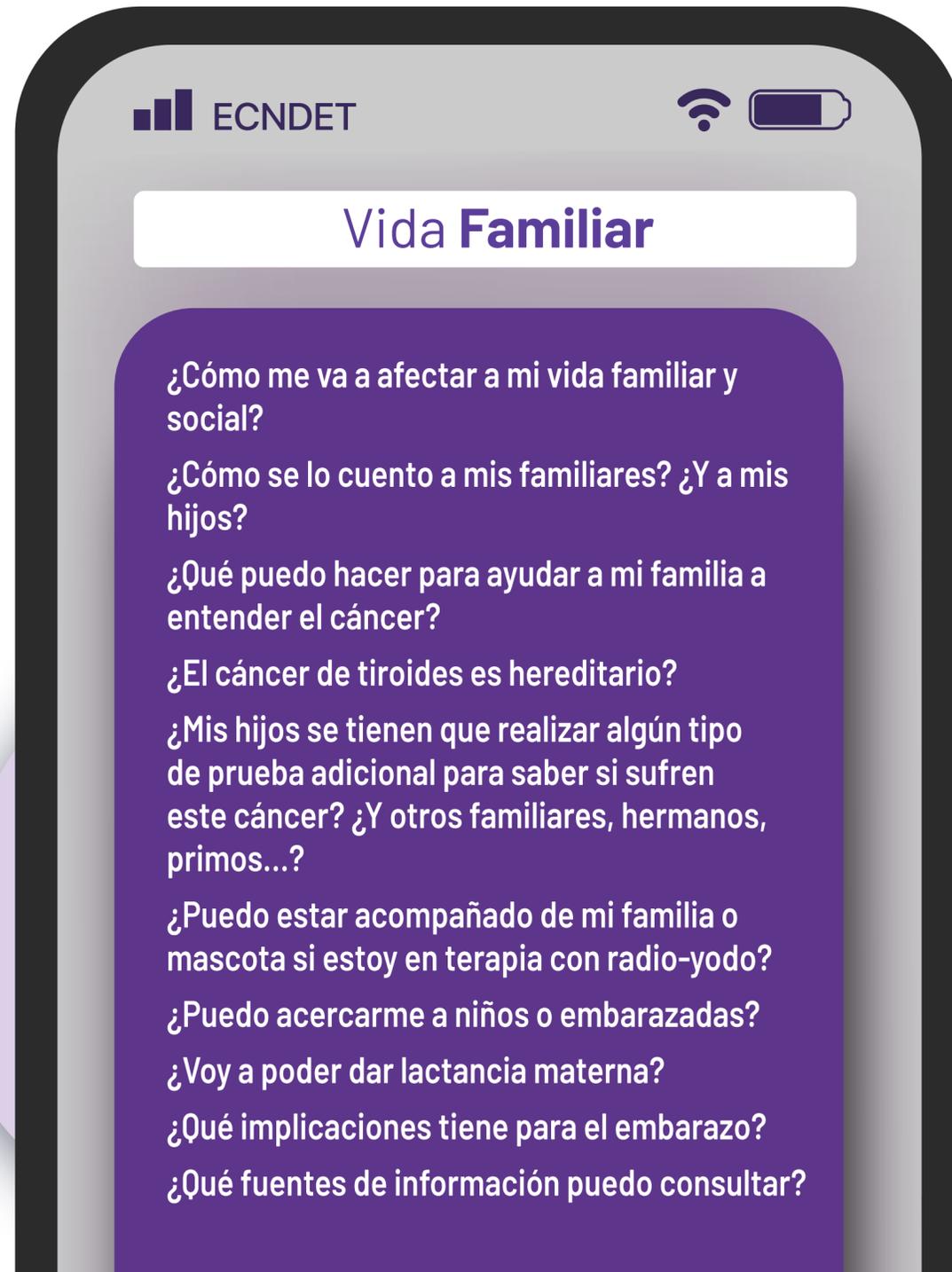
VIDA FAMILIAR Y SOCIAL

Preguntar todo aquello que nos genera dudas no solo nos ayuda a tener más información sobre la enfermedad, **sino a romper algunos de los mitos más extendidos.**

Desde tus propias ideas hasta aquellas que puedan tener en tu entorno, pues el impacto del cáncer de tiroides alcanza también a tus seres queridos y al círculo social que te rodea. Las inquietudes en muchos casos pueden ser compartidas. **Cada palabra y cada gesto de apoyo brindado puede significar luz para las personas que conviven con esta enfermedad.**



VIDA FAMILIAR Y SOCIAL
DUDAS DESTACADAS



EMPATICEMOS CON EL CÁNCER

El entendimiento de la enfermedad por parte del entorno es también importante

Nuestros seres queridos van a querer demostrar su apoyo, sin embargo, a veces pueden equivocarse y no elegir las palabras o formas más adecuadas. Por esto, como paciente, puedes hacer entender a tus seres queridos y entorno la **necesidad de fomentar un lenguaje compasivo, la empatía y comprensión.**

Recuerda que, si necesitas desahogarte, hazlo, si necesitas expresar tus emociones, hazlo, y, sobre todo, entiende que siempre puedes encontrar apoyo en otras personas con cáncer a través de las asociaciones.



EXPRESA TUS EMOCIONES Y SENTIMIENTOS SI QUIERES EVITAR ALGUNOS COMENTARIOS POR PARTE DE TU ENTORNO QUE TE HACEN DAÑO



ÁLVARO:

GRACIAS A PODER RESOLVER MIS DUDAS LO LLEVO MÁS TRANQUILO SABIENDO LO QUE ME DIRÁ MI EQUIPO.

MARÍA:

NECESITO ANOTAR TODAS MIS DUDAS PARA APROVECHAR MI CONSULTA CON MI ENDOCRINO, SABER QUÉ PREGUNTAR ME AYUDA A ESTAR MÁS CALMADA.

SOLSONE:

PODER RESOLVER LAS DUDAS Y RECIBIR RESPUESTA ES CÓMO ENCONTRAR AGUA EN EL DESIERTO.

Testimonios de pacientes del foro de AECAT

En cáncer

ninguna
duda

es tonta

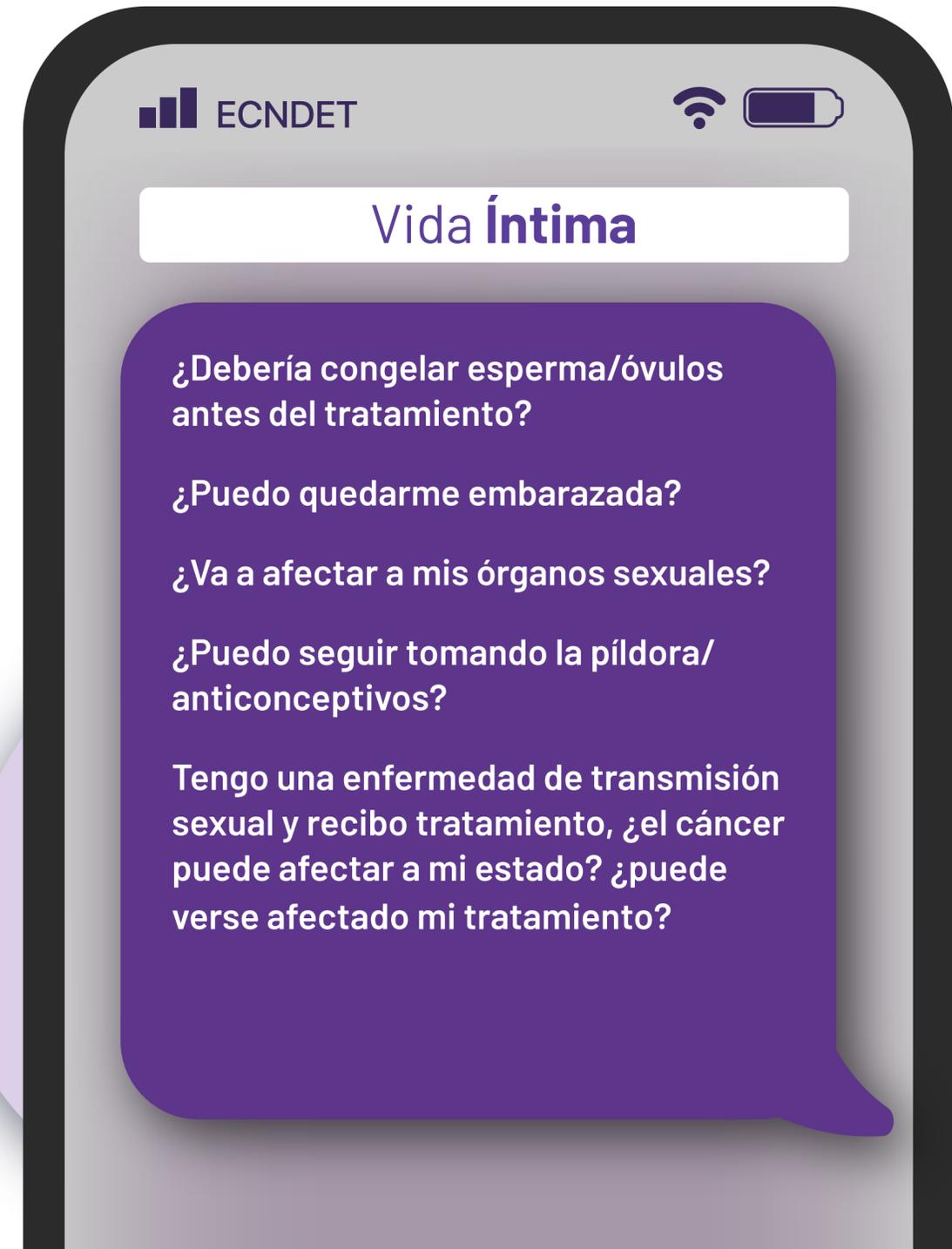
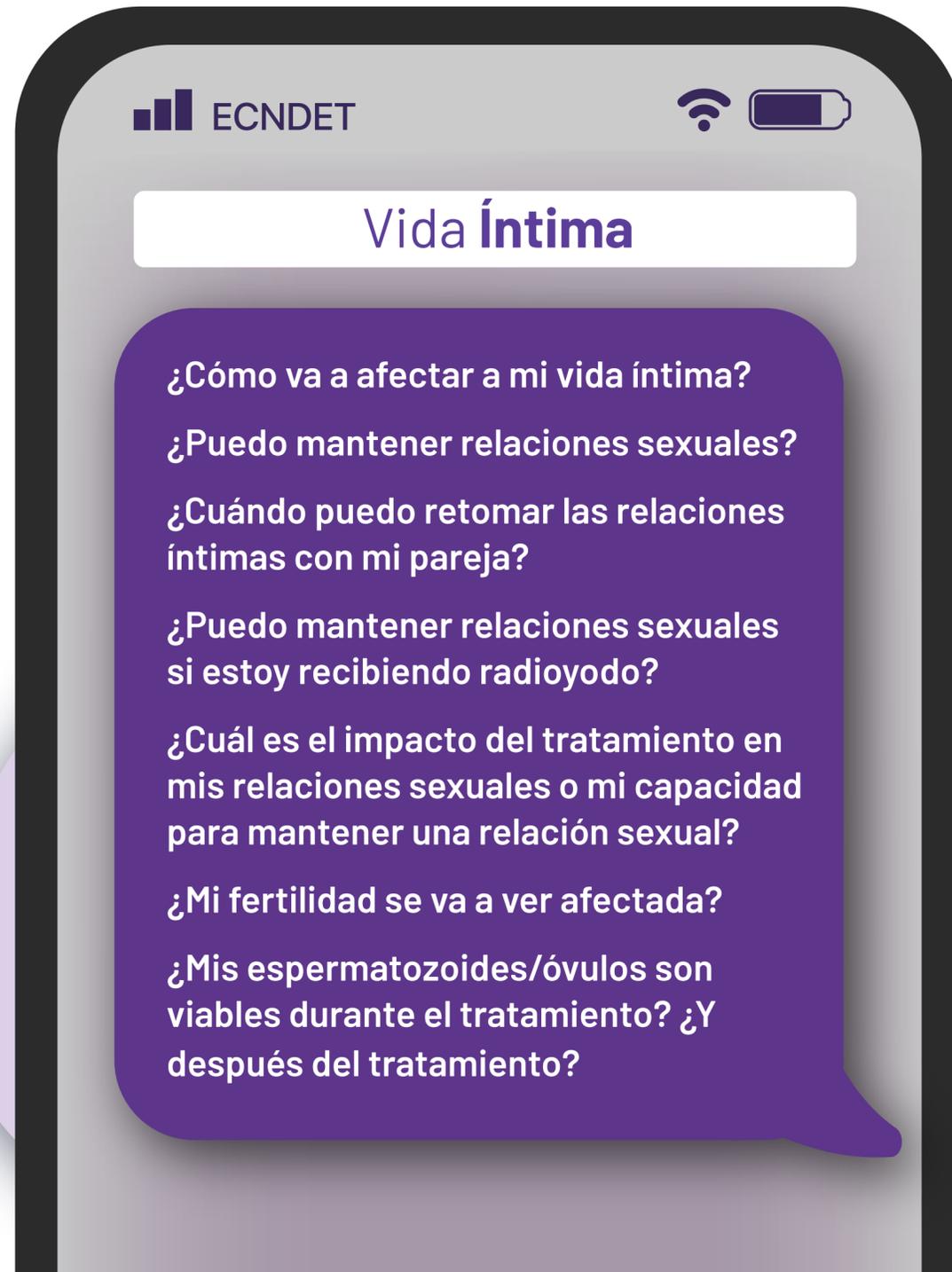
VIDA ÍNTIMA

La vida íntima y sexual es algo **tan natural como cualquier otro aspecto del día a día**, y por ello, **no tienes que sentir miedo o vergüenza** a preguntar cualquier duda relacionada con este ámbito. Pregunta todo aquello que te genere dudas, **confía y comunícate con tu médico** para entender cómo puede afectar la enfermedad **a tu salud sexual para que el impacto sea menor en tu día a día.**

Cáncer de
tiroides



DUDAS DESTACADAS

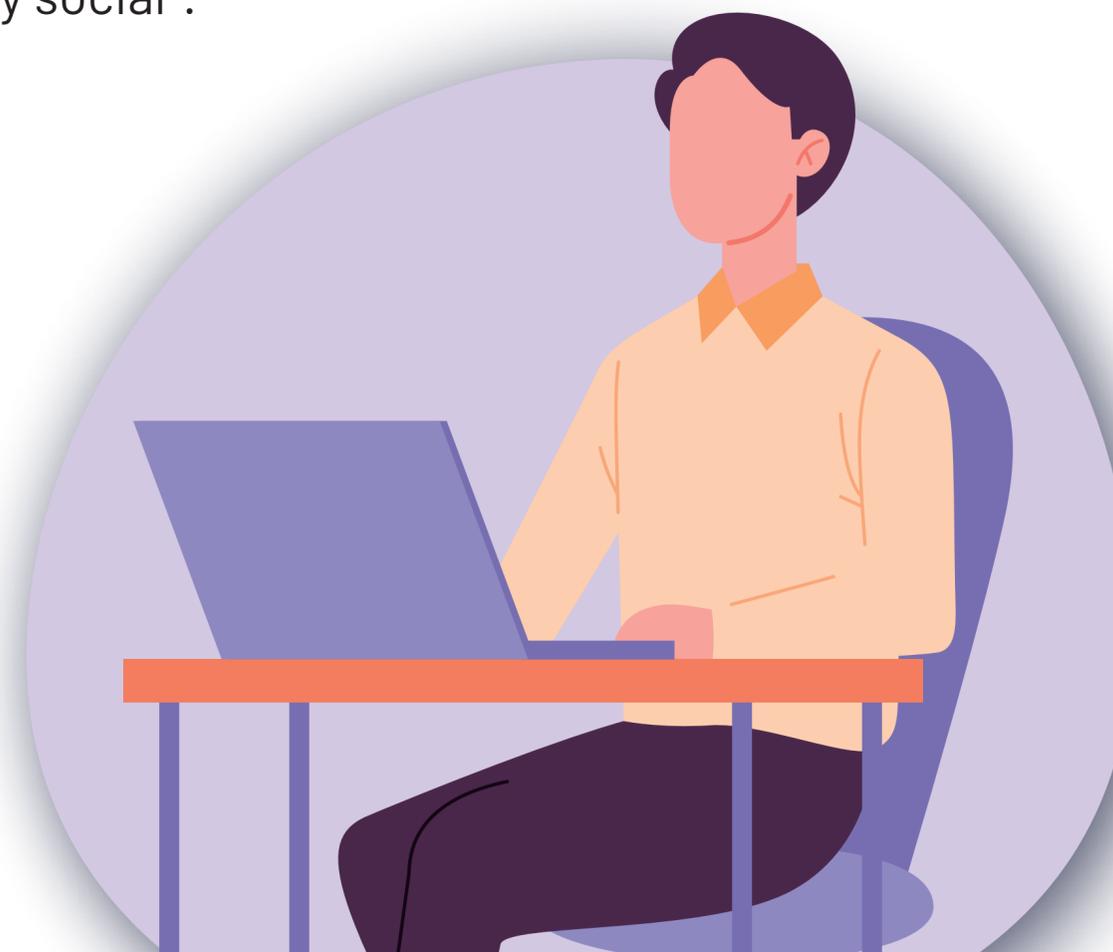


VIDA LABORAL

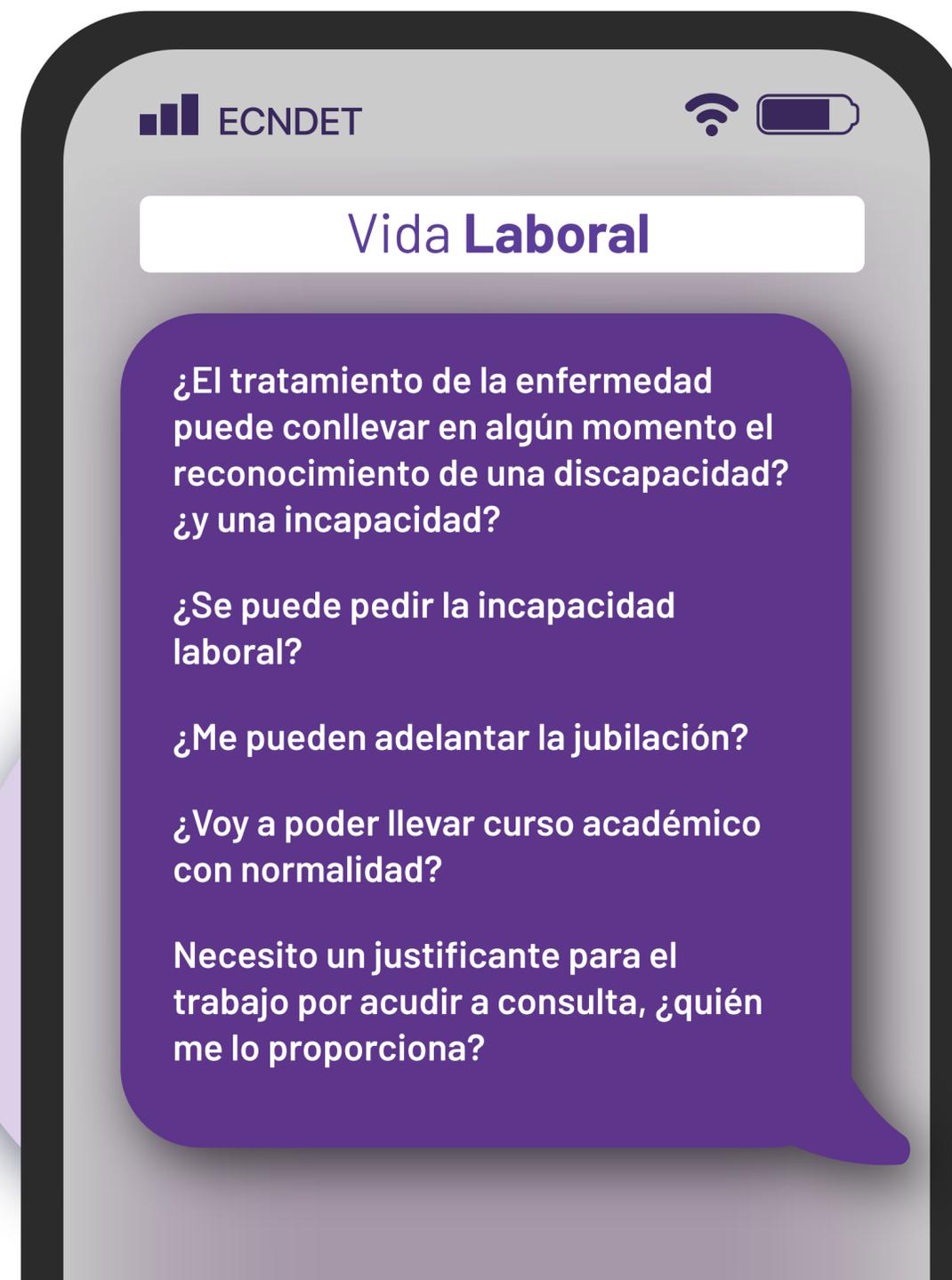
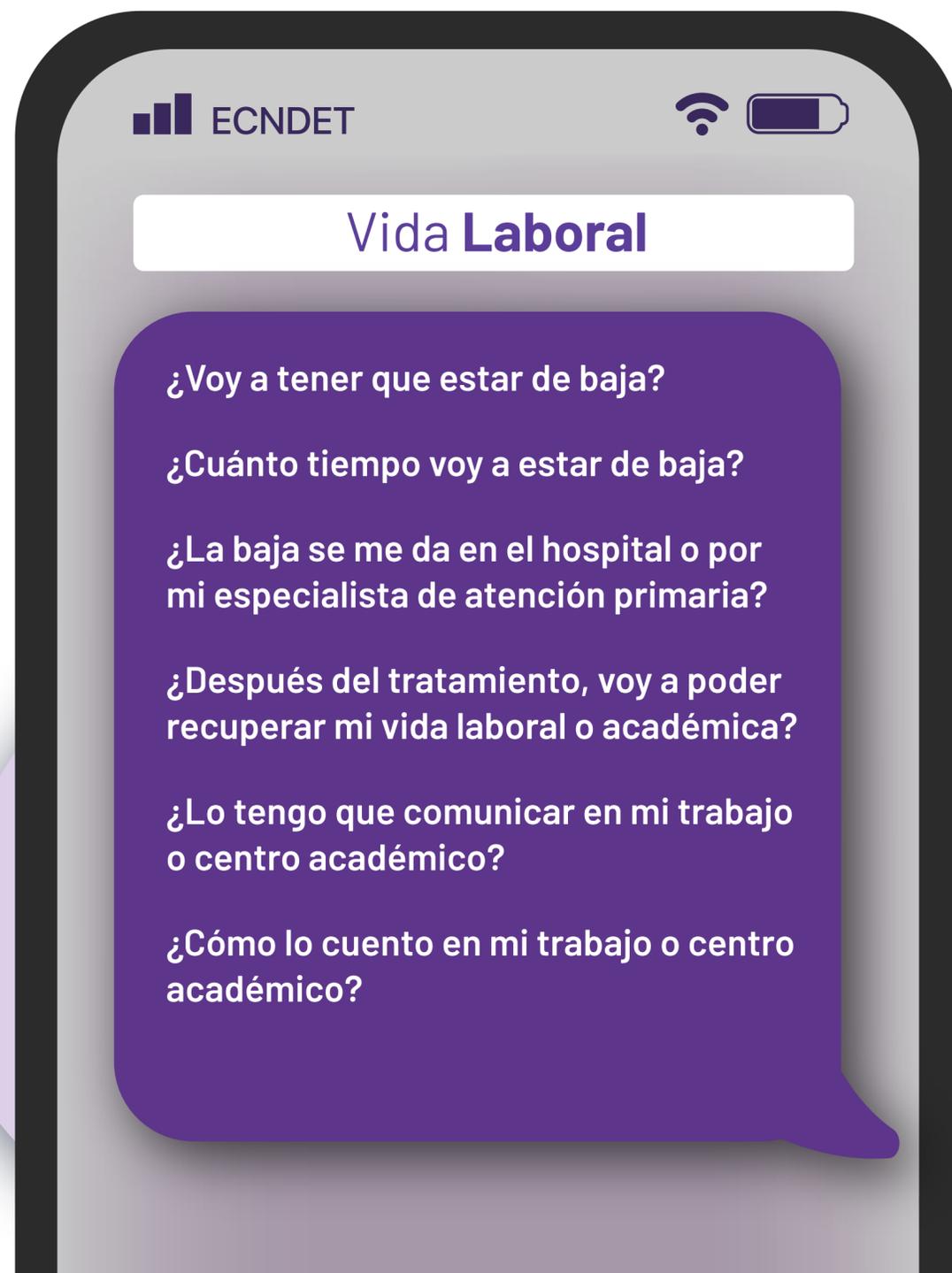
Cuando llega el diagnóstico del cáncer de tiroides, es común encontrarse con muchas dificultades en el plano laboral. Este apartado pretende **servir de inspiración de cara a que tengas más y mejor información** sobre las limitaciones que se presentan en el trabajo, con el objetivo de **eliminar algunas barreras y mejorar el entendimiento sobre el nuevo entorno a nivel laboral.**

La incapacidad laboral y la discapacidad son algunos de los aspectos que más incertidumbre generan en muchos casos por ser conceptos que se confunden, ¿sabrías distinguirlos? La incapacidad hace referencia a no tener capacidad para trabajar, y el reconocimiento oficial o

legal de esa situación, que puede ser temporal, parcial o absoluta. Sin embargo, la discapacidad no solo se refiere al ámbito laboral, sino a las limitaciones que alcanzan la vida personal y social².



DUDAS DESTACADAS



NUTRICIÓN Y EJERCICIO FÍSICO

Uno de los aspectos cada vez más relevantes en el abordaje del cáncer es el **papel del ejercicio físico y la alimentación y nutrición**³. Como ya se ha comentado a lo largo de esta guía, cada paciente y tipo de cáncer son únicos, por eso hay que recordar que tanto la nutrición como el ejercicio deben **adaptarse a las necesidades específicas de cada persona, considerando el tipo de cáncer, el tratamiento que se esté recibiendo y las condiciones físicas particulares.**



ECNDET

Nutrición

¿Qué puedo preguntar sobre la alimentación?:

- ¿Me va a cambiar el apetito?
- ¿Puedo comer de todo?
- ¿Hay algún alimento que deba evitar?
- ¿Es necesario que elimine el gluten de mi dieta?
- ¿Puedo consumir glucosa?
- ¿Qué tipo de dieta es la más recomendada?
- ¿Tengo que cambiar mi dieta a causa de mi terapia hormonal sustitutiva?
- ¿Qué es la dieta baja en yodo?, ¿cuándo se realiza?
- ¿Voy a subir de peso cuando me quiten la tiroides?
- ¿Puedo tener problemas al tragar, cuando me quiten la tiroides?
- ¿Puedo tomar bebidas alcohólicas?

ECNDET

Vida Laboral

¿Qué puedo preguntar si quiero hacer ejercicio?:

- ¿Cuándo puedo volver a hacer deporte?
- ¿Qué tipos de deportes son los más recomendados? ¿Y los que debería evitar?
- ¿Es beneficioso hacer ejercicio físico?
- Tras la cirugía, ¿debería evitar algún tipo de deporte?
- Con el tratamiento, ¿tengo que evitar algún deporte?
- ¿Es necesario hacer algún tipo de rehabilitación tras la cirugía?

En cáncer

ninguna
duda
es tonta

CUIDADO PERSONAL Y ESTÉTICO

Es algo muy común **preocuparnos por nuestro aspecto físico**, por eso es recomendable que tratemos de obtener información sobre cómo tratar **algo tan cotidiano como nuestro pelo, uñas y dientes y otras partes de nuestro cuerpo que se pueden ver afectadas por la enfermedad, como es el caso de la zona del cuello en el cáncer de tiroides**. Además, muchas personas llevan a cabo tratamientos estéticos y desean tener información sobre cómo continuarlos durante los tratamientos o incluso cómo iniciarlos.

CUIDADO PERSONAL Y ESTÉTICO DUDAS DESTACADAS

Cáncer de
tiroides

ECNDET

Cuidado personal y estético

¿Cómo tengo que cuidar mi cicatriz?

¿Mi cicatriz va a ser muy visible?

¿Puedo maquillar mi cicatriz?

¿Cuándo y cómo me puedo afeitar?

¿Es recomendable darse masajes en el cuello?

¿Se me va a caer el pelo?

¿Puedo teñirme el pelo?

¿Puedo llevar a cabo tratamientos estéticos como infiltraciones de toxina botulínica?

¿Tengo que utilizar algún producto de higiene específico?

Si voy a un centro estético, ¿pueden utilizar aparatología?

¿Puedo hacerme tatuajes?

¿Cuándo me puedo tatuar?

¿Puedo hacerme la depilación láser?

¿Puedo pintarme las uñas?

¿Debo tener alguna precaución en el dentista?

¿Debería evitar las radiografías que se realizan en dentistas?

¿Puedo ponerme ortodoncia?

En cáncer

ninguna
duda
es tonta

OTRAS ACTIVIDADES DEL DÍA A DÍA

Como resulta imposible categorizar todas las dudas que pueden surgir, esta guía ofrece este apartado para **ayudarte a identificar esas cuestiones que muchas veces pasamos por alto, pero que son igualmente relevantes en la convivencia con la enfermedad.**

OTRAS ACTIVIDADES DEL DÍA A DÍA DUDAS DESTACADAS

Cáncer de
tiroides

ECNDET

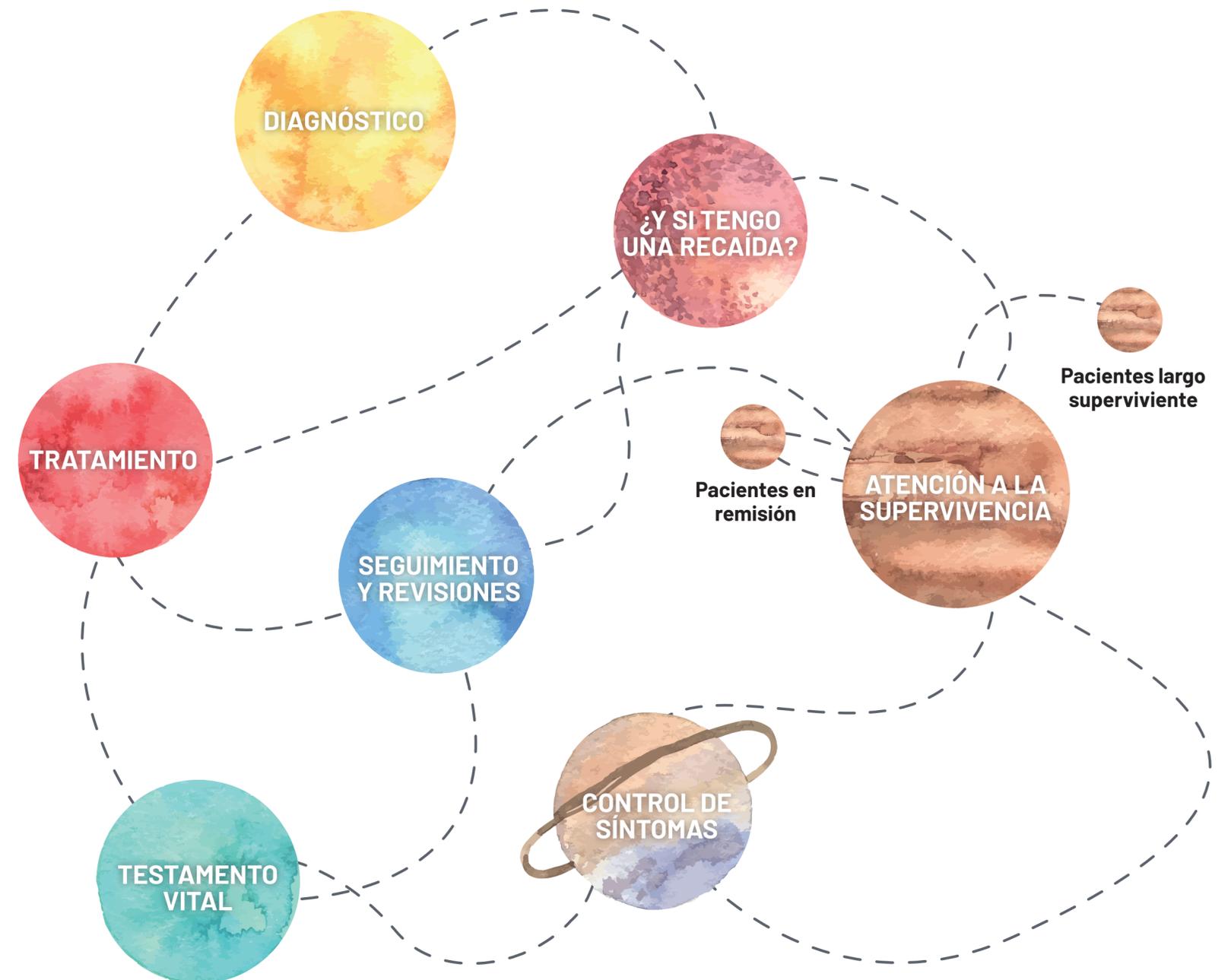


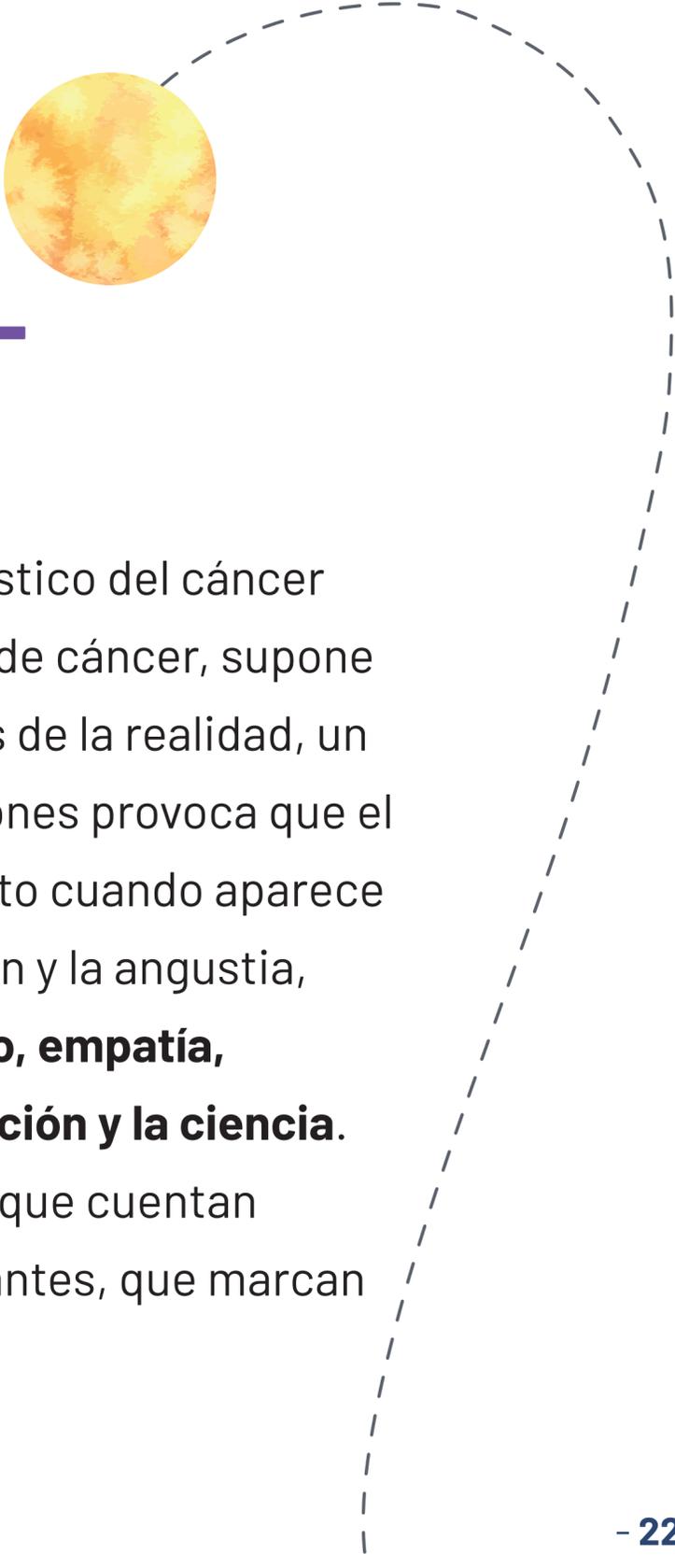
- ¿Cómo sé si necesito ayuda psicológica?, ¿A qué profesional puedo dirigirme?
- ¿Cómo puedo solicitar asistencia psicológica?
- ¿El hospital me puede proporcionar ayuda psicológica?
- ¿Puedo tener ayudas por una discapacidad?
- ¿Puedo viajar?
- Si tengo que pasar el control de un aeropuerto, ¿tengo que hacer algo especial?
- ¿Debo comunicar mi cáncer de tiroides a la compañía de seguros?
- ¿Debo comunicar mi cáncer de tiroides durante un reconocimiento médico de la empresa? ¿Y durante el psicotécnico del carné de conducir?
- ¿Va a cambiar el aspecto/olor de mis heces/orina?
- ¿Hay algún teléfono al que pueda llamar cuando tenga alguna duda más?
- ¿Qué asociaciones de pacientes hay? ¿Hay alguna cerca de mi ciudad? ¿Se hacen encuentros presenciales?

3. EL UNIVERSO DEL CÁNCER DE TIROIDES

El cáncer de tiroides engloba distintas realidades, por lo que la experiencia de cada paciente es distinta. No todas las personas realizan el mismo recorrido, **cada paciente tiene un recorrido único.**

A través de este apartado, vamos a hacer un viaje por el universo del cáncer de tiroides, **explorando los distintos momentos del recorrido y las particularidades de cada uno de ellos.** De este modo, queremos ayudarte a que puedas recibir toda la información que necesitas por parte de tu médico oncólogo a través de todas las etapas de la enfermedad.





EL MOMENTO DEL DIAGNÓSTICO

Según relatan los pacientes, el diagnóstico del cáncer de tiroides, al igual que cualquier tipo de cáncer, supone un momento que sacude los cimientos de la realidad, un torbellino de emociones que en ocasiones provoca que el mundo se detenga. Es en este momento cuando aparece el miedo, la incertidumbre, la confusión y la angustia, pero también es un momento de **apoyo, empatía, compañía y esperanza en la investigación y la ciencia.**

Detrás de cada diagnóstico hay voces que cuentan historias distintas, todas ellas importantes, que marcan el inicio del recorrido.



EL MOMENTO DEL DIAGNÓSTICO

DUDAS DESTACADAS

¿Qué necesito saber?

¿Cómo va a afectar a mi vida?

¿Tengo posibilidades de curación a largo plazo?

¿Cuál es mi pronóstico?

¿Se cura el cáncer de tiroides?

¿Por qué tengo este tipo de cáncer?

¿Cómo puedo afrontarlo?

¿Cómo se lo cuento a mi entorno?

¿Todos los bultos en el cuello son malignos?

¿De cuáles me preocupo?

¿Qué pruebas me van a realizar?

¿Qué significa que pueda tener un
ganglio afectado?

¿Cuándo puedo saber el diagnóstico definitivo
de la enfermedad?

¿Hay algún centro de referencia en cáncer de tiroides?

¿Tengo que operarme ya o puedo esperar para hacerlo?

¿En mi caso podemos hacer vigilancia activa?

¿Qué tipo de ayuda puedo necesitar?

¿Dónde puedo buscar apoyo para esta enfermedad?

¿Existe alguna asociación de pacientes?

¿Puedo pedir una segunda opinión?

En cáncer

ninguna
duda
es tonta

Cáncer de
tiroides

EL TRATAMIENTO

Una vez realizado el diagnóstico, la siguiente parada del recorrido es la **elección del mejor tratamiento para cada paciente**. En este momento es común que surjan dudas e incertidumbre, pero también es **cuando más confianza debemos de tener en nuestro equipo médico para comunicar nuestras inquietudes para una mejor calidad de vida** y un mejor proceso.



EL TRATAMIENTO

DUDAS DESTACADAS

¿Qué tipos de tratamientos va a requerir mi enfermedad?

¿Cuáles son las fases del tratamiento?

¿Qué posibilidades de control sobre la enfermedad ofrece mi tratamiento?

¿Cuáles son los objetivos y beneficios de mi tratamiento?

¿Qué efectos secundarios tiene mi tratamiento?

¿Cómo sé si mi tratamiento está haciendo efecto?

¿Cómo sé si mi tratamiento ha dejado de ser eficaz?

¿Qué pasa si se me olvida tomar el tratamiento un día?
¿Y si tomo una dosis doble?

¿Existe un tratamiento diana para mi enfermedad?

DUDAS SOBRE LA CIRUGÍA:

¿Voy a necesitar cirugía?

¿Cuánto tiempo estaré ingresado?

¿Cuánto dura la cirugía?

¿Por qué no me pueden operar?

¿Por qué me tienen que volver a operar?

¿Qué secuelas me puede conllevar la cirugía?

¿Por qué tengo que tomar un tratamiento hormonal de por vida?

DUDAS SOBRE TERAPIAS COMPLEMENTARIAS:

¿Voy a necesitar terapia de yodo radioactivo?

¿Cuándo me lo van a dar?

¿Cuántos días lo voy a recibir?

¿Qué ocurre cuando recibo la terapia de yodo radioactivo?

¿Tras la cirugía cuánto tiempo debe pasar para recibir la terapia con yodo radioactivo?

¿Debido a la terapia con yodo radioactivo, tengo más posibilidades de sufrir otro tipo de tumor?

¿Qué determina la dosis de hormona que debo tomar?

¿Cómo sé que soy candidato con un ensayo clínico?

¿Mi mejor opción de tratamiento es formar parte de un ensayo clínico?

¿A qué señales debo prestar atención para acudir a urgencias?

¿Cómo detecto si tengo una parálisis de cuerdas vocales? ¿Cómo detecto que puedo tener una hipocalcemia?

En cáncer

ninguna
duda
es tonta

Cáncer de
tiroides

SEGUIMIENTO Y REVISIONES

Una vez comenzado el tratamiento, el seguimiento y las revisiones **periódicas juegan un papel importante en el cuidado de la enfermedad**. Las revisiones y el seguimiento no son solo necesarias para evaluar el funcionamiento del tratamiento y nuestro bienestar según las necesidades individuales, sino que también son un punto de apoyo emocional que **fortalece la relación con nuestro médico y ayuda a mejorar la calidad de vida**.

Independientemente de las necesidades particulares de cada uno, este proceso suele ser recurrente en el tiempo, lo que conlleva en la mayoría de los casos a que surjan muchas dudas en el camino. Incluso también en el momento que las revisiones se paralizan o terminan. ¿Te ha pasado?



SEGUIMIENTO Y REVISIONES
DUDAS DESTACADAS

¿Qué síntomas de alarma pueden denotar una posible recaída?

¿Cada cuánto tiempo debo acudir a revisiones?

¿Cómo se realiza el seguimiento?

¿Qué pruebas me deben realizar?

¿Quién realiza el seguimiento una vez se haya terminado el proceso de tratamiento?

¿Cómo sé si mi tratamiento ha dejado de ser eficaz?

¿Cada cuánto tiempo se debe realizar una analítica de seguimiento?

¿Qué síntomas pueden indicar un ajuste de dosis?,
¿qué debo hacer?

¿Existen marcadores tumorales para mi tumor?
¿Cuáles son los niveles óptimos para estar libre de enfermedad?

¿Me van a dar el alta?

En cáncer

ninguna
duda

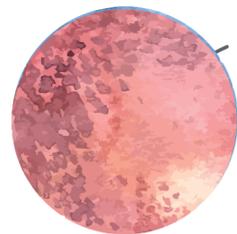
es tonta

¿Y SI TENGO UNA RECAÍDA?

En ocasiones, tras la cirugía para tratar el cáncer de tiroides, **puede suceder que el tumor reaparezca.**

Aunque esto pueda generar preocupación, es **importante recordar que el cáncer de tiroides generalmente crece lentamente**, lo que brinda tiempo para tomar las mejores decisiones médicas⁴.

En este momento es **esencial confiar y comunicarte con tu médico** para afrontar con determinación esta nueva situación y **mejorar tu calidad de vida.**



¿Y SI TENGO UNA RECAÍDA?

DUDAS DESTACADAS

¿Qué signos de alarma pueden ser sospecha de recaída?

¿Qué tipo de pruebas me tienen que realizar?

¿Necesito un diagnóstico molecular?
¿Quién me lo pide?

¿Por qué me tienen que volver a operar?

¿Va a afectar a mi pronóstico?, ¿podría llegar a cambiar mi diagnóstico?

¿Qué posibilidades de tratamiento tengo?

¿Existe algún tratamiento dirigido?

¿Hay algún centro de referencia en cáncer de tiroides?

¿Qué opciones tengo de superar esta recaída?

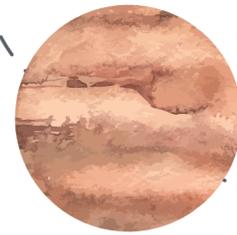
En cáncer

ninguna
duda

es tonta

ATENCIÓN A LA SUPERVIVENCIA

Tenemos que tener en cuenta las distintas dimensiones que plantea la enfermedad dependiendo de la etapa en la que te encuentres.



Cáncer de
tiroides



Pacientes en remisión

La remisión del cáncer supone uno de los momentos clave en el recorrido de la enfermedad. Para quienes han transitado este camino, llegar a este punto supone un hito significativo, sin embargo, no deja de ser un momento que **también plantea ciertas dudas e inseguridades.**

ATENCIÓN A LA SUPERVIVENCIA DUDAS DESTACADAS

¿Cómo sé que el tratamiento está funcionando?, ¿qué pruebas determinan esto?

¿Voy a tener siempre las mismas dosis en mi tratamiento?

¿Una bajada de dosis significa que estoy mejorando?

Si me bajan la dosis por un efecto adverso, ¿mi enfermedad empeorará?

¿Voy a poder solicitar una hipoteca, un seguro de vida, un seguro médico?

¿Cómo es la reincorporación a la vida laboral?

¿Voy a tener que hacer seguimientos de por vida?

¿Qué posibilidades hay de que tenga una recidiva?

¿Puedo llevar una vida normal a partir de ahora?

¿Puedo quedarme embarazada?

¿Puedo ser padre?

¿Pueden heredar mis hijos la enfermedad?

¿Qué es la ley de derecho al olvido oncológico?

Pacientes largo superviviente

El recorrido del cáncer de tiroides también plantea la posibilidad de necesitar tratamiento a largo plazo, así como revisiones y control de la enfermedad. Este aspecto es **fundamental para entender todo el proceso de la enfermedad**, en qué punto te encuentras y qué puedes preguntar **para mejorar tu calidad de vida**.

ATENCIÓN A LA SUPERVIVENCIA DUDAS DESTACADAS

¿Voy a tener síntomas y cuáles?

¿Cada cuánto tiempo tengo que hacerme revisiones?

¿Voy a tener que recibir tratamiento para siempre?

¿Cuándo debo acudir si tengo síntomas o efectos secundarios?

¿A qué síntomas debo prestar atención?

¿Puedo desarrollar mi actividad laboral / académica habitual?

¿Estoy obligado a contar que he tenido un cáncer?

Si el tratamiento deja de ser eficaz, ¿qué va a pasar?

¿Hay otros tratamientos disponibles si el mío no funciona?

¿Voy a tener que hacerme pruebas y revisiones toda mi vida?

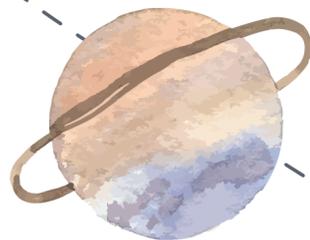
En cáncer

ninguna
duda

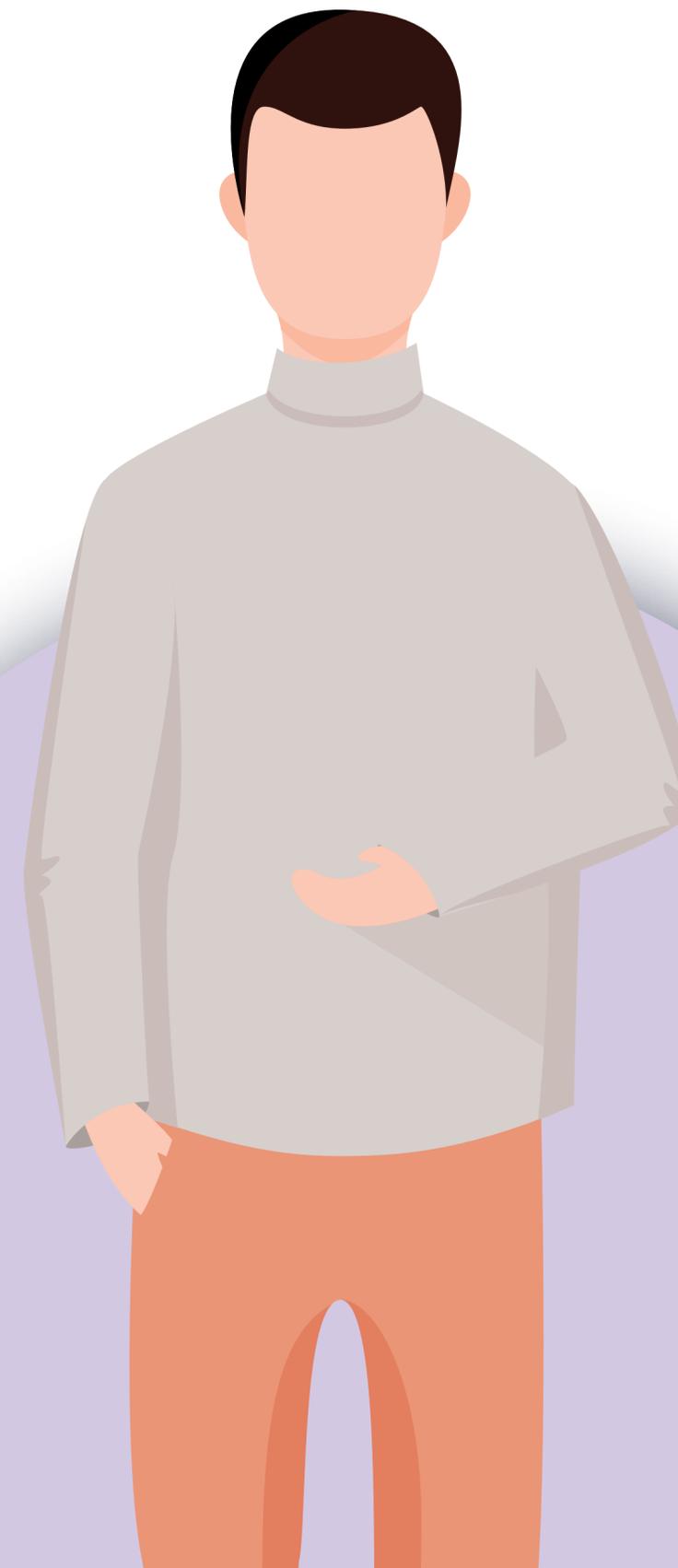
es tonta

CONTROL DE SÍNTOMAS

Es fundamental saber que, a pesar del recorrido por los distintos momentos de la enfermedad, durante todo el proceso existen medidas para lograr que el paciente se sienta bien y su calidad de vida sea la mejor posible. A esta atención dirigida a aliviar el dolor y sufrimiento, se denomina control de síntomas. Además, cabe destacar en este apartado que **independientemente del estadio en el que te encuentres**, el objetivo es prevenir y aliviar el malestar o sufrimiento por los síntomas⁵.



Cáncer de
tiroides



En cáncer

ninguna
duda

es tonta

CONTROL DE SÍNTOMAS

DUDAS DESTACADAS

Cáncer de
tiroides

¿Puedo tener acceso a una
unidad de cuidados paliativos?

¿Cuándo tengo que acudir a cuidados
paliativos?

¿A quién tengo que acudir?

¿Qué puedo hacer para controlar los
síntomas de mi enfermedad?

¿Voy a tener que estar ingresado o puedo
estar en mi domicilio? ¿Puedo elegir?



TESTAMENTO VITAL

El testamento vital es un documento en el que una persona mayor de edad, con capacidad legal suficiente, **manifiesta libremente las instrucciones sobre las actuaciones médicas que deben tenerse en cuenta cuando se encuentre en una situación en la que no pueda expresar su voluntad**. Se trata de una forma de **poder continuar ejerciendo el derecho a ser respetado con los valores propios y asegurar que este respeto se mantendrá cuando se presente una situación de mayor vulnerabilidad**. Los valores son el conjunto de ideales y creencias de una persona que dan sentido a su proyecto de vida y que respaldan sus decisiones y preferencias en los procesos de salud, enfermedad y muerte⁶.

Independientemente de cuál sea tu deseo o voluntad, es importante que **sepas que dispones de un testamento vital y que puedes solicitar la información sobre ello a tu médico** si lo necesitaras.



CUANDO ERES PACIENTE Y NO SABES NADA DE CÁNCER DE TIROIDES LO PRIMERO QUE TIENES ES MIEDO, DUDAS, INCERTIDUMBRE, DESCONFIANZA Y SOLEDAD. CONTAR CON UNA GUÍA QUE TE AYUDE A SABER QUÉ PREGUNTAR, TENER LA INFORMACIÓN NECESARIA, AUMENTA TU CONFIANZA Y GENERA QUE LA RELACIÓN Y LA COMUNICACIÓN CON TU EQUIPO TE AYUDE A GANAR SEGURIDAD Y A SOBRELLEVAR MEJOR TU PROCESO. TODAS LAS HERRAMIENTAS SON ÚTILES CUANDO TE ENFRENTAS A UN PROBLEMA A RESOLVER, Y ESTA GUÍA CREO QUE PUEDE SER ESENCIAL PARA LOS PACIENTES DE CÁNCER DE TIROIDES, DOTÁNDOLES DE LA INFORMACIÓN QUE PUEDE SERLES ÚTIL EN CADA PARTE DEL PROCESO.

Arantxa Sáez, presidenta de AECAT.

En cáncer

ninguna
duda

es tonta

TESTAMENTO VITAL

DUDAS DESTACADAS

Cáncer de
tiroides

¿Qué es un testamento vital?

¿Dónde debo acudir para hacer un testamento vital?

¿Cuál es el proceso para hacer el testamento vital?

He hecho un documento de últimas voluntades, ¿es igual de válido?

4. INFORMACIÓN ASOCIACIONES DE PACIENTES Y COLABORADORES PROYECTO

SOBRE AECAT

La Asociación Española de Cáncer de Tiroides (AECAT) es una organización independiente y sin ánimo de lucro, que se constituyó en el año 2004, de la mano de un grupo de personas afectadas por este tipo de cáncer y sus familiares, en respuesta a la falta de información y apoyo que manifestaban las personas con este tipo de enfermedad y sus familiares. Fuimos declarados de utilidad pública por el Ministerio del Interior en 2018. Formamos parte de GEPAC (Grupos Español de Pacientes con Cáncer), de FEDER (Federación Española de Enfermedades Raras) e Internacionalmente de la Thyroid Federation International y Thyroid Cáncer Alliance.

Somos una entidad abierta que centra sus esfuerzos en dar a conocer la voz de las personas con cáncer de tiroides y sus familiares en nuestro país. Brindar apoyo, informar y orientar a las familias que han recibido el diagnóstico de cáncer de tiroides es nuestra principal actividad.



Más información:

<https://www.aecat.net/>

Contacto:

Avenida de Córdoba, 15. 28026 Madrid

info@aecat.net

WhatsApp: 695 53 75 23

RRSS:

 @cancertiroides

 @aecat_es

En cáncer

ninguna
duda

es tonta

Cáncer de
tiroides

SOBRE SEOM

La Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM) es una sociedad científica de ámbito nacional, sin ánimo de lucro, constituida por más de 3.300 profesionales del ámbito de la Oncología, con el objetivo de mejorar la prevención, el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento del cáncer con un enfoque multidisciplinar. Para ello promueve estudios, actividades formativas y de investigación, divulgación e información dirigidos a sus socios, los pacientes y la sociedad en general. SEOM es el referente de opinión sobre la Oncología en España y es garante de la defensa y promoción de la calidad, la equidad y el acceso a la atención del paciente oncológico. Los valores que la definen son: rigor científico, excelencia profesional, innovación, integridad, compromiso, independencia, colaboración y transparencia.

SEOM

Sociedad Española
de Oncología Médica

Más información:

<http://www.seom.org>

RRSS:

 @seom_oncologia

 @_SEOM

 @sociedad-española-de-oncología-médica

En cáncer

ninguna
duda
es tonta

Cáncer de
tiroides

SOBRE LILLY

Lilly es una compañía médica que transforma la ciencia en soluciones de salud para mejorar la vida de las personas en todo el mundo. Durante casi 150 años, hemos sido pioneros en descubrimientos que cambian vidas y hoy en día nuestros medicamentos ayudan a más de 51 millones de personas en todo el mundo. Aprovechando el poder de la biotecnología, la química y la genética, nuestros científicos están trabajando con urgencia en nuevos hallazgos para resolver algunos de los desafíos de salud más importantes del mundo: redefinir el cuidado de la diabetes; tratar la obesidad y reducir sus efectos más devastadores a largo plazo; avanzar en la lucha contra la enfermedad de Alzheimer; proporcionar soluciones a algunos de los trastornos más debilitantes del sistema inmunitario; y progresar en el tratamiento de los cánceres de más difícil abordaje. Con cada paso hacia un mundo más saludable, nos motiva una cosa: mejorar la vida de más millones de personas. Esto incluye la realización de ensayos clínicos innovadores que reflejen la diversidad de nuestro mundo y el trabajo para garantizar que nuestros medicamentos sean accesibles y asequibles.

Para obtener más información, visite

<https://www.lilly.com/es/>

RRSS:

 @lilly-espana

 @lillyespana1621

5. AGRADECIMIENTOS

Desde Lilly queremos agradecer profundamente el haber sido testigos de las experiencias reales de personas con cáncer de tiroides y de oncólogos médicos. Esperamos poder contribuir con esta guía a una mejor comunicación y conocimiento de tu enfermedad, que te haga sentirte mejor y repercuta positivamente en tu calidad de vida. Esperamos que siempre que tengas dudas puedas consultar esta guía y que te ayude en tu proceso y relación con tu equipo médico.

Especialmente, queremos dar las gracias a Arantxa Sáez, Verónica Villa y Almudena García Castaño, por su tiempo, dedicación y voluntad en querer contribuir a este objetivo y por su labor desinteresada en ayudar al resto de pacientes.



EL MIEDO, ANGUSTIA O ANSIEDAD QUE PUEDE PRODUCIR ESTA ENFERMEDAD QUEREMOS QUE SE CONVIERTA EN EMPATÍA, COMPRENSIÓN Y ESPERANZA. PARA TODOS.

6. REFERENCIAS:

1. Revista de la Seguridad Social. Disponible en: <https://revista.seg-social.es/-/%C2%BFqu%C3%A9-significa-incapacidad-#:~:text=En%20general%2C%20se%20trata%20de,y%20con%20sus%20propios%20tiempos.&text=Es%20la%20conocida%20tambi%C3%A9n%20como%20baja%20por%20enfermedad.> [Último acceso: diciembre 2023]
2. Instituto BBVA de pensiones. Disponible en: <https://www.jubilaciondefuturo.es/es/blog/diferencias-entre-discapacidad-incapacidad-y-dependencia.html> [Último acceso: diciembre 2023]
3. Actividad física y el paciente de cáncer. Disponible en: <https://www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/bienestar-tras-el-tratamiento/actividad-fisica-y-el-paciente-de-cancer.html> [Último acceso: diciembre 2023]
4. Asociación Española de Cáncer de Tiroides. Disponible en: <https://www.aecat.net/2016/01/27/el-diagnostico-de-la-recidiva-en-cancer-de-tiroides/> [Último acceso: diciembre 2023]
5. American Cancer Society. Disponible en: <https://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/cancer-avanzado/control-de-los-sintomas.html> [Último acceso: noviembre 2023]
6. Información sobre el testamento vital. Guía divulgativa sobre cumplimentación de instrucciones previas. Instituto Nacional de Gestión Sanitaria. Disponible en: https://ingesa.sanidad.gob.es/bibliotecaPublicaciones/publicaciones/internet/docs/Informacion_Testamento_Vital.pdf [Último acceso: noviembre 2023]

En cáncer

ninguna
duda

es tonta

UNA INICIATIVA DE

Lilly

En colaboración con:



El contenido de este material es divulgativo y orientativo. En ningún caso pretende sustituir el diagnóstico y/o tratamiento de su médico. Ante cualquier duda, consulte con su especialista.

PP-ON-ES-0512 | Copyright ©2024 Eli Lilly and Company. Todos los derechos reservados.