

# Después del tratamiento del cáncer de hueso

Acceda a información sobre la vida como un sobreviviente de cáncer, los siguientes pasos y lo que usted puede hacer.

## La vida como un sobreviviente de cáncer

Para muchas personas, haber terminado el tratamiento contra el cáncer a menudo hace que surjan ciertas preguntas sobre los siguientes pasos que se deben tomar como sobreviviente.

- [Vida después del diagnóstico de cáncer de hueso](#)

## Inquietudes sobre el cáncer tras el tratamiento

Puede que el tratamiento haya eliminado el tumor o combatido el cáncer, pero a menudo surge la inquietud sobre la posibilidad de que el cáncer recurra, de padecer otro cáncer o que el tratamiento deje de surtir efecto.

- [Cánceres posteriores al cáncer de hueso](#)
- 

# Vida después del diagnóstico de cáncer de hueso

- [Cuidados posteriores](#)
- [Mantenga un seguro de salud y guarde copias de sus informes médicos](#)
- [¿Puedo reducir el riesgo de que el cáncer de hueso progrese o regrese?](#)
- [Si el cáncer regresa](#)
- [¿Podría padecer otro cáncer después del tratamiento?](#)
- [Cómo obtener apoyo emocional](#)

Para algunas personas con cáncer de hueso, el tratamiento puede que remueva o destruya el cáncer. Completar el tratamiento puede causarle tanto tensión como entusiasmo. Tal vez sienta alivio de haber completado el tratamiento, aunque le resulte difícil no preocuparse sobre la reaparición del cáncer. Esta preocupación es muy común si usted ha tenido cáncer.

En otras personas, es posible que el cáncer nunca desaparezca por completo. Es posible que algunas personas reciban tratamiento regularmente con quimioterapia, o terapia dirigida u otros tratamientos para tratar de ayudar a mantener el cáncer bajo control. Aprender a vivir con un cáncer que no desaparece puede ser difícil y muy estresante.

La vida después del cáncer de hueso significa regresar a algunas actividades que usted solía realizar, así como tomar algunas nuevas decisiones.

## **Cuidados posteriores**

Aun después de que finalice el tratamiento, los médicos querrán observarle rigurosamente. Es muy importante que acuda a todas sus citas de seguimiento. Durante estas visitas, sus médicos preguntarán sobre cualquier problema que pueda presentar. Se necesitarán exámenes, pruebas de laboratorio, radiografías y estudios por imágenes para identificar signos de que el cáncer ha regresado. Éstos se pueden hacer cada 3 a 6 meses por unos cuantos años. Al principio, usted acudirá al médico y se realizarán estudios por imágenes, pero conforme pase el tiempo habrá más tiempo entre los estudios y las consultas médicas. Debido a que los tumores óseos primarios tienden a regresar, puede que se necesiten estudios por imágenes cada año durante muchos, muchos años.

El médico también identificará los [efectos secundarios](#)<sup>1</sup> del tratamiento. Casi todos los tratamientos del cáncer ocasionan efectos secundarios. Algunos de estos efectos secundarios pueden durar unas pocas semanas o unos meses, pero otros pueden durar el resto de su vida. Este es el momento de hacer preguntas al equipo de atención médica sobre cualquier cambio o problema que usted note, o sobre cualquier inquietud

que pudiera tener.

Después de una cirugía de huesos, puede que sea importante el ajuste de una extremidad protésica, la rehabilitación y/o la fisioterapia para ayudarle a recuperar tanta movilidad e independencia como sea posible.

### **Pregunte a su médico acerca de un plan de atención para pacientes después del tratamiento**

Consulte con su doctor sobre el desarrollo de un plan de atención para después del tratamiento que sea adecuado para usted. Este plan puede incluir:

- Sugerir un calendario para pruebas y estudios de seguimiento
- Un calendario para otras pruebas que necesite en el futuro, tales como [pruebas de detección temprana](#)<sup>2</sup> para otros tipos de cáncer, o pruebas para identificar efectos a la salud a largo plazo debido a su cáncer o su tratamiento
- Una lista de posibles efectos secundarios tardíos o a largo plazo de su tratamiento, incluyendo a qué prestar atención y cuándo debe comunicarse con su médico
- Sugerencias para la alimentación y la actividad física
- Recordatorios de sus citas con su médico de atención primaria, quien vigilará su salud general

### **Mantenga un seguro de salud y guarde copias de sus informes médicos**

Aun después del tratamiento, es muy importante mantener un seguro médico. Las pruebas y las consultas médicas son costosas y, aunque nadie quiere pensar en el regreso de su cáncer, esto podría ocurrir.

En algún momento después del tratamiento del cáncer, es posible que usted tenga que consultar con un médico nuevo, quien desconozca sus antecedentes médicos. Es importante que guarde copias de sus informes médicos para que proporcione a su nuevo médico los detalles de su diagnóstico y tratamiento. Para más información, lea [Guarde copias de los informes médicos importantes](#)<sup>3</sup>.

### **¿Puedo reducir el riesgo de que el cáncer de hueso progrese o regrese?**

Si usted tiene (o ha tenido) cáncer de hueso primario, probablemente quiera saber si hay medidas que pueda tomar para reducir el riesgo de que el cáncer crezca o regrese, como hacer ejercicio, comer cierto tipo de alimentos, o tomar suplementos nutricionales. Lamentablemente, aún no está claro si existen medidas que usted pueda tomar que sean útiles.

Posiblemente ayude el adoptar comportamientos saludables, tales como una buena alimentación, [no fumar](#)<sup>4</sup>, ejercitarse de forma habitual y mantener un peso saludable, aunque nadie lo sabe con certeza. Sin embargo, sí sabemos que estos cambios pueden tener efectos positivos en su estado de salud general que pueden ser mayores que su riesgo de padecer cáncer de hueso u otros tipos de cáncer.

### **Suplementos dietéticos**

Hasta el momento, ningún suplemento dietético (incluyendo vitaminas, minerales y productos herbarios) ha demostrado claramente que ayude a reducir el riesgo de que el cáncer hueso progrese o regrese. Esto no significa que ningún suplemento será útil, aunque es importante saber que ninguno ha demostrado que lo sea.

En los Estados Unidos, los suplementos dietéticos no están regulados como los medicamentos, pues no tienen que demostrar que son eficaces (o incluso seguros) antes de ser vendidos, aunque hay límites en lo que se les está permitido afirmar que pueden hacer. Si está considerando tomar cualquier tipo de suplemento nutricional, consulte con los miembros de su equipo de atención médica. Ellos pueden ayudarle a decidir cuáles puede utilizar con seguridad y evitar aquellos que puedan ser perjudiciales.

### **Si el cáncer regresa**

Si el cáncer regresa (recurre) en algún momento, las opciones de tratamiento dependerán de la localización del cáncer, de qué tratamientos ha recibido anteriormente y de su salud en general.

Para obtener más información general, vea [Recurrencia del cáncer](#)<sup>5</sup>.

### **¿Podría padecer otro cáncer después del tratamiento?**

Las personas que han tenido cáncer de hueso aún pueden padecer otros tipos de cáncer. De hecho, las personas que han padecido cáncer de hueso tienen un mayor riesgo de padecer ciertos tipos de cáncer.

## Cómo obtener apoyo emocional

Es normal que sienta cierto grado de depresión, ansiedad o preocupación cuando el cáncer es parte de su vida. Algunas personas se afectan más que otras. No obstante, todas las personas pueden beneficiarse de la ayuda y el apoyo de otras personas, ya sea amigos y familiares, grupos religiosos, grupos de apoyo, consejeros profesionales, entre otros.

### Hyperlinks

1. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios.html)
2. [www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion.html](http://www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion.html)
3. [www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/guarde-copias-de-los-informes-medicos-importantes.html](http://www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/guarde-copias-de-los-informes-medicos-importantes.html)
4. [www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco.html](http://www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco.html)
5. [www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/recurrencia-del-cancer.html](http://www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/recurrencia-del-cancer.html)

Actualización más reciente: febrero 5, 2018

---

## Cánceres posteriores al cáncer de hueso

Las personas que han padecido cáncer pueden verse afectadas por una serie de problemas de salud, pero a menudo su mayor preocupación consiste en enfrentarse nuevamente al cáncer. Si el cáncer regresa después del tratamiento, a esto se le llama [recurrencia](#)<sup>1</sup>. Sin embargo, algunas personas que han padecido cáncer llegan a padecer un nuevo cáncer, no relacionado con el primero. A este se le denomina un **cáncer posterior**.

Recibir tratamiento contra el cáncer no significa que no pueda padecer otro cáncer, aun

después de sobrevivir el primero. Las personas que han tenido cáncer aún pueden padecer los mismos tipos de cáncer que otras personas padecen. De hecho, ciertos tipos de cáncer y sus tratamientos pueden estar relacionados con un mayor riesgo de padecer otros cánceres.

Los sobrevivientes de [cánceres de huesos y de articulación](#)<sup>2</sup> pueden padecer cualquier otro tipo de cáncer, pero tienen un mayor riesgo de padecer otro cáncer de hueso o de articulaciones (esto es diferente al regreso del primer cáncer). A veces este es el mismo tipo de cáncer que el tumor original, aunque puede ser un tipo diferente. Por ejemplo, alguien que tenía un [condrosarcoma](#)<sup>3</sup> puede padecer un osteosarcoma. El [sarcoma de los tejidos blandos](#)<sup>4</sup> también se presenta más a menudo de lo esperado después de un cáncer de hueso o de articulación.

Los sobrevivientes de cánceres de hueso y articulación también tienen un mayor riesgo de:

- [Cáncer de pulmón](#)<sup>5</sup>
- [Cáncer de esófago](#)<sup>6</sup>
- [Cáncer de estómago](#)<sup>7</sup>
- [Cáncer colorrectal](#)<sup>8</sup>
- [Cáncer de hígado](#)<sup>9</sup>
- [Cáncer de páncreas](#)<sup>10</sup>
- [Leucemia mieloide aguda \(AML\)](#)<sup>11</sup>

El riesgo de leucemia está vinculado a tratamiento con [quimioterapia](#)<sup>12</sup>.

### **Cuidado de seguimiento después del tratamiento**

Después del tratamiento para el cáncer de hueso, usted debe consultar a su médico con regularidad. Usted tendrá que hacerse pruebas para saber si hay señales de que el cáncer pueda haber regresado o de que se haya propagado. Los expertos no recomiendan ninguna prueba adicional para detectar otros cánceres en pacientes que no presentan síntomas. Informe a su médico acerca de cualquier nuevo problema o síntoma, ya que podría deberse a que el cáncer está regresando, a una nueva enfermedad o a otro cáncer.

Los sobrevivientes del cáncer de hueso deben seguir las [directrices sobre la detección temprana del cáncer de la Sociedad Americana Contra El Cáncer](#)<sup>13</sup>.

El *Children's Oncology Group* cuenta con directrices para el seguimiento de los pacientes niños, adolescentes o adulto jóvenes tratados de cáncer , incluyendo

pruebas de detección para cánceres posteriores. Estas directrices se pueden encontrar en [www.survivorshipguidelines.org](http://www.survivorshipguidelines.org)<sup>14</sup>.

Todos los sobrevivientes de cáncer deben [evitar los productos derivados del tabaco](#)<sup>15</sup>. El tabaco aumenta el riesgo de muchos tipos de cáncer y podría aumentar aún más el riesgo de algunos de los otros cánceres observados después de haber tenido cáncer de hueso.

Para ayudar a [mantener un buen estado de salud](#)<sup>16</sup>, los sobrevivientes de este tipo de cáncer deberán también:

- Lograr y mantener un peso saludable
- Mantenerse físicamente activo(a) y limitar el tiempo que pasa sentado(a) o acostado(a)
- Seguir un patrón de [alimentación saludable](#)<sup>17</sup> que incluya una variedad colorida de frutas y verduras, así como de granos integrales, y que a su vez limite o evite el consumo de carnes rojas y procesadas, al igual que de bebidas azucaradas y alimentos altamente procesados
- Lo mejor es no tomar bebidas con alcohol. En caso de hacerlo, se deberá no tomar más de una (1) bebida para las mujeres y dos (2) bebidas para los hombres, por día.

Estas medidas también pueden ayudar a reducir el riesgo de muchos otros problemas de salud.

Refiérase al contenido sobre [segundos cánceres en adultos](#)<sup>18</sup> para más información sobre las causas de un cáncer posterior.

## Hyperlinks

1. [www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/recurrencia-del-cancer.html](http://www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/recurrencia-del-cancer.html)
2. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-hueso/acerca.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-hueso/acerca.html)
3. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-hueso/acerca/que-es-cancer-de-hueso.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-hueso/acerca/que-es-cancer-de-hueso.html)
4. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/sarcoma-de-tejidos-blandos.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/sarcoma-de-tejidos-blandos.html)
5. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-pulmon.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-pulmon.html)

6. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-esofago.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-esofago.html)
7. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-estomago.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-estomago.html)
8. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-colon-o-recto.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-colon-o-recto.html)
9. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-higado.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-higado.html)
10. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-pancreas.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-pancreas.html)
11. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/leucemia-mieloide-aguda.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/leucemia-mieloide-aguda.html)
12. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/quimioterapia.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/quimioterapia.html)
13. [www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion/guias-de-la-sociedad-americana-contra-el-cancer-para-la-deteccion-temprana-del-cancer.html](http://www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion/guias-de-la-sociedad-americana-contra-el-cancer-para-la-deteccion-temprana-del-cancer.html)
14. [www.survivorshipguidelines.org/](http://www.survivorshipguidelines.org/)
15. [www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco.html](http://www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco.html)
16. [www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/alimentacion-y-actividad-fisica.html](http://www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/alimentacion-y-actividad-fisica.html)
17. [www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/alimentacion-y-actividad-fisica/alimentacion-sana.html](http://www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/alimentacion-y-actividad-fisica/alimentacion-sana.html)
18. [www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/segundo-cancer-en-adultos.html](http://www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/segundo-cancer-en-adultos.html)

Actualización más reciente: junio 9, 2020

## Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la American Cancer Society (<https://www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html>)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

La información médica de la American Cancer Society está protegida bajo la



ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor refiérase a nuestra Política de Uso de Contenido ([www.cancer.org/about-us/policies/content-usage.html](http://www.cancer.org/about-us/policies/content-usage.html)) (información disponible en inglés).

**cancer.org | 1.800.227.2345**