

Apego al tratamiento para cáncer de mama

Cuando hablamos de **apego (adherencia) al tratamiento**, nos referimos al cumplimiento de las recomendaciones que te ha dado un prestador de servicios de salud (OMS).

En el caso del cáncer de mama, apegarte al tratamiento incluye:



¿Por qué es importante apegarse al tratamiento?

Un programa de tratamiento para cáncer de mama tiene el objetivo de curar o prolongar considerablemente la vida de la paciente, y garantizarle la mejor calidad de vida.

No seguir las indicaciones del tratamiento puede tener consecuencias para ti, entre ellas:

- No lograr los resultados esperados en la supervivencia y control del cáncer
- Interferir en la eficacia de tu tratamiento
- Mayor probabilidad de que la enfermedad se agrave o regrese
- Tener complicaciones médicas
- Reducir tu calidad de vida
- Gastar más en tu atención médica



NO DESESPERES, recuerda que el tratamiento para cáncer de mama es un **proceso continuo.**

A veces, **SEGUIR TODAS LAS RECOMENDACIONES del tratamiento puede ser complicado.**

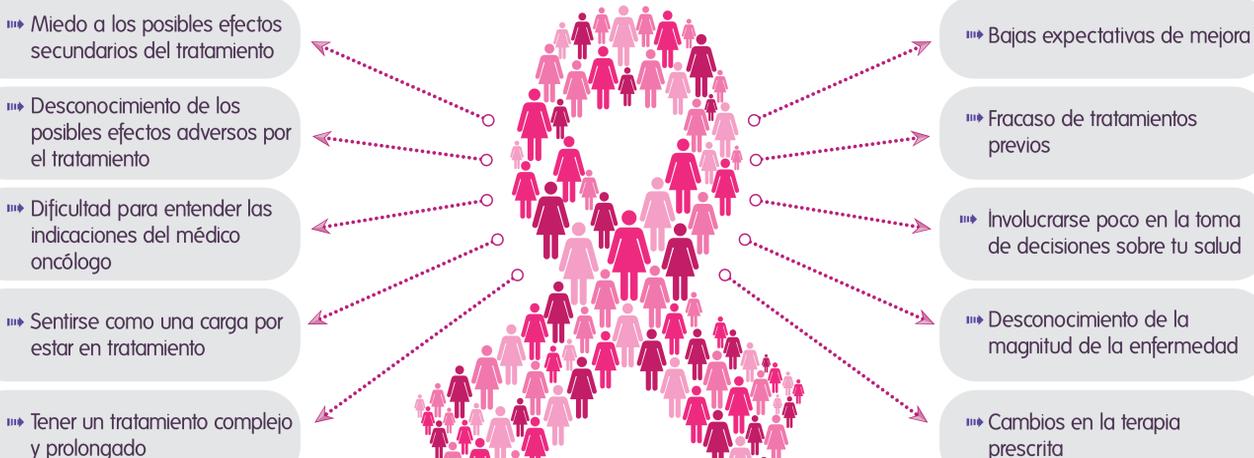
Estos son algunos consejos para ayudarte

- Destina una libreta para anotar todas tus dudas y no la olvides el día de la cita con tu oncólogo
- Cumple con todas las instrucciones escritas en tu receta
- Pide ayuda a tus familiares o amigos para el cumplimiento de tu tratamiento
- Elabora un calendario para las citas de seguimiento y para el tratamiento (incluye los días, la hora, el tipo de medicamento y la dosis indicada)
- Mantén los medicamentos ordenados y en un lugar visible



- Con tu oncólogo:**
 - Pide que te dé instrucciones claras sobre tu tratamiento
 - Pregunta si los medicamentos se deben tomar antes, después o con los alimentos
 - Hablen sobre tus necesidades y ajusten las citas y el tratamiento de acuerdo a ellas
 - Establezcan metas para el tratamiento

Las barreras para un adecuado apego pueden ser:



Recuerda:

Cumplir las recomendaciones que te ha dado tu oncólogo aumentará tu supervivencia, mejorará tu calidad de vida y te dará mayor confianza.

* Fuentes consultadas e información relacionada *

- Aurélié Bourmaud, et al. Adherence to oral anticancer chemotherapy: What influences patients' over or non-adherence? Analysis of the OCTO study through quantitative-qualitative methods, BMC Res Notes (2015) 8:291
- Aurélié Bourmaud, Improving Adherence to Adjuvant Endocrine Therapy in Breast Cancer Through a Therapeutic Educational Approach: A Feasibility Study, Oncology Nursing Forum, Vol. 43, No. 3, May 2016. Diálogos Pfizer-pacientes. La adherencia al tratamiento. Cumplimiento y constancia para mejorar la calidad de vida
- Organización Panamericana de la Salud. Adherencia a los tratamientos a largo plazo: pruebas para la acción.
- Palacios-Espinosa X, Adherencia a la quimioterapia y radioterapia en pacientes oncológicos: una revisión de la literatura, Psicooncología. Vol. 8, Núm. 2-3, 2011, pp. 423-440
- S. G. Smith, et al. Factors affecting uptake and adherence to breast cancer chemoprevention: a systematic review and meta-analysis, Annals of Oncology 27: 575-590, 2016