



cancer.org | 1.800.227.2345

Después del tratamiento contra el cáncer de nasofaringe

Obtenga información sobre la vida como sobreviviente, los exámenes de seguimiento y

La vida como sobreviviente de cáncer de nasofaringe

- [Cómo mantenerse sano después del tratamiento contra el cáncer de nasofaringe](#)

Para algunas personas con cáncer de nasofaringe (NPC, por sus siglas en inglés), el final del tratamiento puede ser estresante y emocionante a la vez. Tal vez sienta alivio de haber completado el tratamiento, pero es difícil no preocuparse por la reaparición del cáncer (recurrencia). Esta preocupación es muy común si usted ha tenido cáncer.

Para otras personas, el cáncer podría nunca desaparecer por completo. Puede que algunas personas sigan recibiendo tratamiento de forma regular para intentar ayudar a controlar el cáncer mientras sea posible. Aprender a vivir con un cáncer que no desaparece puede ser difícil y muy estresante,

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:

- Un calendario sugerido para hacerse [pruebas y estudios](#)¹ de seguimiento
- Un calendario para otras pruebas que necesite en el futuro, tales como [pruebas de detección temprana](#)² 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 del tratamiento, tanto tardíos como a largo plazo, que incluye a qué cosas prestar atención, y cuándo y cómo debe comunicarse con su médico
- Recomendaciones de cosas que puede hacer para mejorar su salud e incluso quizás reducir la probabilidad de recurrencia de su cáncer, como sugerencias de alimentación y actividad física
- Recordatorios sobre sus citas con su médico de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés), quien estará a cargo de atender su salud general

Atención de seguimiento después del cáncer de nasofaringe

Las personas con cáncer de nasofaringe corren riesgo de que el cáncer vuelva (una [recurrencia](#)³) y de desarrollar nuevos cánceres en otras partes del cuerpo, así que deben recibir atención de cerca después del tratamiento. Su equipo de atención oncológica le informará qué estudios debe realizarse y con qué frecuencia según el [tipo](#)⁴ y la [etapa](#)⁵ inicial del cáncer, como también el tipo de tratamiento que recibió y su

respuesta a ese tratamiento.

Si completó el tratamiento, sus médicos aún querrán estar muy atentos a usted. Probablemente tendrá citas de seguimiento con su médico durante varios años y es importante que asista a todas ellas. Durante estas visitas, le preguntarán sobre cualquier problema que pueda tener y puede que le hagan exámenes y análisis de laboratorios o estudios por imágenes (como una resonancia magnética o MRI, o una tomografía computarizada o CT) para determinar si hay signos de cáncer o efectos secundarios del tratamiento. Su equipo de atención oncológica hablará con usted sobre las pruebas que debe hacerse y con qué frecuencia debe hacerlas, según la etapa de su cáncer y el tipo de tratamiento que recibió.

Casi todos los tratamientos contra el cáncer pueden causar efectos secundarios. Algunos de ellos pueden durar de unas pocas semanas a varios meses, pero otros podrían durar mucho tiempo. Es posible que incluso algunos efectos secundarios no se presenten sino hasta años después de haber terminado el tratamiento. Las citas con el médico son una buena oportunidad para hacer preguntas y conversar sobre cualquier cambio que haya notado o cualquier inquietud que tenga.

Es importante que informe inmediatamente al médico sobre cualquier síntoma o problema nuevo que surja. Esto puede ayudar a su médico a detectar un cáncer recurrente lo antes posible, cuando es pequeño y más fácil de tratar.

Consultas médicas y pruebas

Si no hay signos de cáncer, muchos médicos recomiendan hacerse una revisión física, endoscopia y algunas de las otras pruebas que se mencionan a continuación cada 3 meses durante los primeros años después del tratamiento y luego cada 4 a 6 meses durante los próximos años. Puede que quienes recibieron tratamiento contra cánceres en etapa temprana visiten al médico con menor frecuencia y quienes tenían una enfermedad más avanzada reciban un seguimiento con mayor frecuencia.

recomienda realizarse exámenes dentales.

Rehabilitación del habla, la audición y la deglución: Tanto la radiación como la cirugía pueden llevar a problemas de habla, audición y deglución. Estos problemas a menudo son evaluados y tratados por un terapeuta del habla después del tratamiento (vea debajo). También podría necesitar consultar con un audiólogo (un especialista en pérdida de la audición) para conversar sobre dispositivos, como audífonos, para mejorar su audición, en el caso de que haya experimentado cambios por el tratamiento.

Seguimiento de nutrición: Los cánceres de nasofaringe y sus tratamientos algunas veces pueden causar problemas, como [dificultad para tragar](#)⁸, resequedad bucal o incluso pérdida de dientes. Esto puede dificultar su alimentación, lo cual puede causar pérdida de peso y debilidad por una nutrición deficiente.

Después del tratamiento, es posible que no aumente de peso ni reponga sus reservas de proteínas tan bien como debería. Un equipo de médicos y nutricionistas puede asistirle con suplementos nutricionales e información sobre sus necesidades nutricionales particulares. Esto puede ayudar a mantener su peso y consumo nutricional. Algunas personas incluso necesitan una sonda de alimentación en el estómago por un corto periodo de tiempo después del tratamiento.

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 sobre el regreso de su cáncer, esto podría pasar.

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, consulte [Guarde copias de los informes médicos importantes](#)⁹.

¿Puedo reducir el riesgo de que el cáncer de nasofaringe progrese o regrese?

Si usted tiene (o ha tenido) cáncer de nasofaringe, probablemente quiera saber si hay medidas que pueda tomar para reducir el riesgo de que el cáncer crezca o vuelva, como hacer ejercicio, llevar cierto tipo de dieta o tomar suplementos nutricionales.

Deje de fumar: Fumar durante el tratamiento contra el cáncer puede reducir el beneficio del tratamiento y aumentar el riesgo de que el cáncer regrese (recurrencia). Fumar después del tratamiento también puede aumentar el riesgo de desarrollar un nuevo cáncer relacionado con el tabaquismo (vea Segundos cánceres). **Dejar de fumar para siempre (antes de comenzar el tratamiento, de ser posible) es la mejor manera de aumentar su probabilidad de supervivencia.** Y nunca es tarde para abandonar el hábito. Su médico puede recomendarle terapia y medicamentos para ayudarle. Vea [Manténgase lejos del tabaco](#)¹⁰ y llame al 1-800-227-2345 para recibir más información sobre dejar de fumar.

Evite el consumo de alcohol: El consumo excesivo de alcohol se ha asociado con el cáncer de nasofaringe, especialmente en áreas con bajo riesgo de cáncer de nasofaringe. Evitar el alcohol después del tratamiento contra el cáncer de nasofaringe puede beneficiar su salud general y podría ayudar a reducir el riesgo de que el cáncer vuelva a aparecer, pero se necesitan más estudios.

Adoptar conductas saludables, tales como [comer bien](#)¹¹, hacer ejercicio físico de forma habitual y mantener un peso saludable podría ayudar, aunque nadie lo sabe con certeza. Aun así, si sabemos que estos tipos de cambios de estilo de vida pueden tener efectos positivos en su salud, los cuales podrían ayudar a disminuir su riesgo de padecer cáncer de nasofaringe u otros cánceres.

Suplementos alimenticios

Hasta el momento, ningún [suplemento dietético](#)¹² (incluidos vitaminas, minerales y productos herbarios) ha demostrado claramente que ayude a reducir el riesgo de que el cáncer de nasofaringe progrese o regrese. Esto no significa que los suplementos no sean útiles, aunque es importante saber que ninguno ha demostrado que lo sea.

En los Estados Unidos, los suplementos alimenticios no están regulados como los medicamentos, pues los fabricantes 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 primero con los miembros de su equipo de atención médica. Ellos pueden ayudarle a decidir cuáles puede utilizar en forma segura y evitar aquellos que puedan ser perjudiciales.

Si el cáncer regresa

Si el cáncer vuelve, en algún momento, sus opciones de tratamiento dependerán de la ubicación del cáncer, de qué tratamientos ha recibido anteriormente y de su estado

general de salud. Para más información sobre cómo se trata el cáncer recurrente, consulte [Opciones de tratamiento contra el cáncer de nasofaringe según la etapa](#).¹³

Para obtener más información general sobre cómo lidiar con una recurrencia, también puede consultar [Comprender la recurrencia](#)¹⁴.

Cómo obtener apoyo emocional

Cuando el cáncer es parte de su vida es normal que tenga algunos sentimientos de depresión, ansiedad o preocupación. Algunas personas se afectan más que otras. No obstante, todas las personas pueden beneficiarse de la ayuda y el apoyo de amigos y familiares, grupos religiosos, grupos de apoyo, consejeros profesionales, entre otros. Conozca más en [La vida después del cáncer](#)¹⁵.

Segundos cánceres después del tratamiento contra el cáncer de nasofaringe

Las personas que han padecido cáncer de nasofaringe también pueden desarrollar otros tipos de cáncer. De hecho, los sobrevivientes de cáncer de nasofaringe presentan un mayor riesgo de padecer otros tipos de cáncer.

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. Cuando un cáncer regresa después del tratamiento se dice que ha ocurrido una recurrencia. Sin embargo, algunas personas que han padecido cáncer pueden padecer un nuevo cáncer, no relacionado con el primero. A este cáncer posterior se le denomina **segundo cáncer**.

Los sobrevivientes de cáncer de nasofaringe pueden padecer cualquier segundo cáncer, aunque tienen un mayor riesgo de:

- [Cáncer de lengua](#)¹⁶
- [Cáncer de nariz y de cavidad nasal](#)¹⁷
- [Cáncer de esófago](#)¹⁸
- [Cáncer de huesos y articulaciones](#)¹⁹ (principalmente, el hueso de la mandíbula)

Cómo mantenerse sano después del tratamiento contra el cáncer de nasofaringe

Incluso después de completar el tratamiento contra el cáncer de nasofaringe, debe ver a su médico con regularidad. Su médico puede ordenar exámenes para identificar signos de que el cáncer ha regresado o se ha propagado. Estas pruebas también son útiles para detectar algunos cánceres secundarios. Los expertos no recomiendan ningún otro examen para detectar cánceres secundarios en pacientes que no presentan síntomas. Informe a su médico acerca de cualquier problema o síntoma nuevo, ya que podría deberse a que el cáncer esté regresando, a una nueva enfermedad o a otro cáncer.

Los sobrevivientes de cáncer de nasofaringe deben seguir las [Guías de la American Cancer Society para la detección temprana del cáncer](#)²⁰, [evitar productos de tabaco](#)²¹ y [evitar el alcohol](#)²². Fumar aumenta el riesgo de padecer ciertos tipos de cáncer secundarios, así como otros problemas de salud. El consumo excesivo de alcohol se ha asociado con algunos casos de cáncer de nasofaringe, especialmente en áreas donde las personas tienen un riesgo bajo de padecerlo.

Para ayudar a mantener una buena salud, las personas que han padecido cáncer también deben:

- Lograr y mantener un peso saludable
- Mantenerse físicamente activos y limitar el tiempo que pasan sentados o acostados
- Seguir un [patrón de alimentación saludable](#)²³ que incluya muchas frutas, verduras y granos integrales y limite o evite el consumo de carnes rojas y procesadas, así como de el de bebidas endulzadas con azúcar y alimentos altamente procesados
- No beber [alcohol](#)²⁴. En caso de hacerlo, las mujeres deberán no tomar más de una (1) bebida por día, o dos (2) bebidas por día para los hombres

Estas medidas también pueden reducir el riesgo de algunos otros problemas de salud.

Para más información sobre las causas de otros cánceres, refiérase al contenido (disponible en inglés) sobre [segundos cánceres en adultos](#)²⁵.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/es/cancer/diagnostico-y-etapa-del-cancer/pruebas.html
2. www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion.html

23. www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/alimentacion-y-actividad-fisica/guias-sobre-nutricion-y-actividad-fisica-para-la-prevencion-del-cancer/guias.html
24. www.cancer.org/es/cancer/risk-prevention/diet-physical-activity/alcohol-use-and-cancer.html
25. www.cancer.org/cancer/survivorship/long-term-health-concerns/second-cancers-in-adults.html
26. www.cancer.org/es/cancer/contenido-medico-y-de-salud-en-cancer-org.html

Referencias

Du T, Chen K, Zheng S, Bao M, Huang Y, Wu K. Association Between Alcohol Consumption and Risk of Nasopharyngeal Carcinoma: A Comprehensive Meta-Analysis of Epidemiological Studies. *Alcohol Clin Exp Res*. 2019;43(11):2262-2273. doi:10.1111/acer.14184.

Lee HF, Lan JH, Chao PJ, et al. Radiation-induced secondary malignancies for nasopharyngeal carcinoma: a pilot study of patients treated via IMRT or VMAT. *Cancer Manag Res*. 2018;10:131-141.

Leeman JE, Katabi N, Wong RJ, Lee NY and Romesser PB. Ch. 65 - Cancer of the Head and Neck. En: Niederhuber JE, Armitage JO, Doroshow JH, Kastan MB, Tepper JE, eds. *Abeloff's Clinical Oncology*. 6th ed. Philadelphia, Pa. Elsevier; 2020.

National Cancer Institute: Nasopharyngeal Cancer Treatment (Adult) (PDQ)—Patient Version. July 22, 2021. Accessed at www.cancer.gov/types/head-and-neck/patient/adult/nasopharyngeal-treatment-pdq on May 9, 2022.

Rock CL, Thomson C, Gansler T, et al. American Cancer Society guideline for diet and physical activity for cancer prevention.

Actualización más reciente: agosto 1, 2022

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la American Cancer Society (<https://www.cancer.org/es/cancer/contenido-medico-y-de-salud-en-cancer-org.html>)

26

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) sobre de45 rg (u)