



[cancer.org](http://cancer.org) | 1.800.227.2345

---

## Después del tratamiento contra el cáncer de cavidad nasal (nariz) y de senos paranasales

Obtenga información sobre la vida como sobreviviente: pruebas de seguimiento y cómo mantener su salud después del tratamiento contra el cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales.

### La vida después del tratamiento

Para muchas personas, el tratamiento contra el cáncer genera dudas sobre los pasos que siguen como sobreviviente o sobre las probabilidades de que el cáncer regrese.

- [La vida como sobreviviente del cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales](#)
- 

## La vida como sobreviviente del cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales

- [Pregunte a su médico acerca de un plan de atención para pacientes después del tratamiento](#)
- [Cuidados de seguimiento después del cáncer de cavidad nasal y de senos](#)

### paranasales

- [Mantenga un seguro de salud y guarde copias de sus informes médicos](#)
- [¿Puedo disminuir mi riesgo de que el cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales progrese o regrese?](#)
- [Cómo obtener apoyo emocional](#)
- [Cánceres posteriores al tratamiento](#)
- [Mantenerse saludables después del tratamiento contra el cáncer de cavidad nasal y de senos paranasales](#)

Para algunas personas con cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales, el final del tratamiento puede ser tan estresante, como emocionante. 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, puede que el cáncer nunca desaparezca por completo. Puede que algunas personas sigan recibiendo tratamiento de forma regular para intentar 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:

- 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>1</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 del tratamiento, que incluya a qué cosas prestar atención y cuándo 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 de sus citas con su médico de atención primaria, quien estará a cargo de atender su salud general

## Cuidados de seguimiento después del cáncer de cavidad nasal y de senos paranasales

Las personas con cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales corren riesgo de que el cáncer vuelva (una [recurrencia](#)<sup>2</sup>) 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](#)<sup>3</sup> y la [etapa](#)<sup>4</sup> inicial del cáncer, como también el tipo de tratamiento que recibió y su respuesta a ese tratamiento.

Si ya ha finalizado todos sus tratamientos, es probable que le indiquen que deberá apegarse a un programa de revisiones médicas como parte de su seguimiento con su médico durante varios años. Es muy importante que acuda a todas sus citas de seguimiento con su médico. Durante estas visitas, le preguntarán si está teniendo algún problema y podrían hacerle exámenes, endoscopias, análisis de laboratorio o pruebas por imágenes para buscar signos de recurrencia del cáncer, buscar un nuevo cáncer o efectos secundarios asociados al tratamiento.

Casi todos los tratamientos contra el cáncer pueden causar efectos secundarios. Mientras que algunos duran poco tiempo y desaparecen tras algunos días o semanas, otros podrían perdurar 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](#)<sup>5</sup> y conversar sobre cualquier cambio o problema que haya notado o cualquier inquietud.

**Análisis de sangre:** Si recibió un tratamiento con radiación, esta podría haber dañado su glándula tiroidea. Seguramente necesitará análisis de sangre regularmente para

En algún momento después del tratamiento del cáncer, es posible que usted tenga que consultar con otro médico que desconozca sus antecedentes médicos. Es importante que [guarde copias de sus informes médicos](#)<sup>11</sup> para que proporcione a su nuevo médico los detalles de su diagnóstico y tratamiento.

## ¿Puedo disminuir mi riesgo de que el cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales progrese o regrese?

Si usted tiene (o ha tenido) cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales, probablemente quiera saber si hay medidas que pueda tomar para reducir el riesgo de que el cáncer crezca o vuelva a aparecer, como hacer ejercicio, comer cierto tipo de alimentos 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 debajo). **Dejar de fumar para siempre (antes de comenzar el tratamiento, de ser posible) es la mejor manera de aumentar sus probabilidades de supervivencia.** Nunca es tarde para abandonar el hábito.

Posiblemente ayude el adoptar comportamientos saludables, tales como [una buena alimentación](#)<sup>12</sup>, ejercitarse de forma habitual y mantener un peso saludable, aunque nadie lo sabe con certeza. No obstante, sí sabemos que estos tipos de cambios de estilo de vida pueden tener efectos positivos en su salud, los cuales pueden ayudar a disminuir su riesgo de cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales u otros cánceres.

### Suplementos alimenticios

Hasta el momento, ningún [suplemento dietético](#)<sup>13</sup> (incluyendo vitaminas, minerales y productos herbarios) ha demostrado claramente que ayude a reducir el riesgo de que el cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales progrese o regrese. Podría haber suplementos que ayuden, pero es importante saber que esto no se ha comprobado hasta ahora.

En los Estados Unidos, los suplementos dietéticos no están regulados como los medicamentos: no tienen que demostrar que son eficaces (o incluso seguros) antes de venderlos, aunque sí se limita lo que tienen 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 en forma segura y evitar aquellos que puedan ser perjudiciales.

### **Si el cáncer regresa**

Si el cáncer de piel recurre, las opciones de tratamiento dependen del tamaño y la ubicación del cáncer, qué tratamientos ha recibido anteriormente y su condición general de salud. Para conocer más, vea [Tratamiento contra los cánceres de cavidad nasal y de senos paranasales según el tipo y la etapa.](#)<sup>14</sup>

Para obtener más información general, usted también puede consultar [Recurrencia del cáncer](#)<sup>15</sup>.

### **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](#)<sup>16</sup>.

### **Cánceres posteriores al tratamiento**

- [Sarcoma de tejidos blandos](#)<sup>20</sup>

## Hyperlinks





18. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-laringe-e-hipofaringe.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-laringe-e-hipofaringe.html)
19. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-pulmon.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-pulmon.html)
20. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/sarcoma-de-tejidos-blandos.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/sarcoma-de-tejidos-blandos.html)
21. [www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion.html](http://www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion.html)
22. [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)
23. [www.cancer.org/cancer/survivorship/long-term-health-concerns/second-cancers-in-adults.html](http://www.cancer.org/cancer/survivorship/long-term-health-concerns/second-cancers-in-adults.html)
24. [www.cancer.org/es/cancer/contenido-medico-y-de-salud-en-cancer-org.html](http://www.cancer.org/es/cancer/contenido-medico-y-de-salud-en-cancer-org.html)

## Referencias

Caporaso N, Dodd KW, Tucker MA. New Malignancies Following Cancer of the Respiratory Tract. En: Curtis RE, Freedman DM, Ron E, Ries LAG, Hacker DG, Edwards BK, Tucker MA, Fraumeni JF Jr. (eds). New Malignancies Among Cancer eds r:/adug 214.3etEgov/En:ies DG,3im 0 0 12 nccn.

Rock CL, Thomson C, Gansler T, et al. American Cancer Society guideline for diet and physical activity for cancer prevention. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*. 2020;70(4). doi:10.3322/caac.21591. Accessed at <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.3322/caac.21591> on June 9, 2020.

Actualización más reciente: abril 19, 2021

## 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>)

24

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**