



Una vez que termina el tratamiento de cáncer de mama, la mayoría de los efectos secundarios desaparecen con el tiempo. Sin embargo, es posible que tenga algunos efectos secundarios que ocurran meses o incluso años después de que termine el tratamiento. Esto también se denomina efectos tardíos del tratamiento. Los efectos secundarios varían en cada persona. Por lo tanto, puede ser difícil planificar o lidiar con ellos.

Si le preocupa un signo o síntoma (especialmente si dura más de 2 semanas) o si está afectando su vida diaria, hable con su médico. Aunque algunos de los efectos secundarios que se mencionan a continuación no se pueden revertir, la mayoría de los síntomas se pueden tratar.

Efectos secundarios (en orden alfabético)

Aumento de peso

El aumento de peso es un efecto secundario común de la quimioterapia. Trate de comer una dieta saludable y hacer ejercicio. Consultar con un dietista también puede ayudar. Se ha demostrado que tener un peso saludable y hacer ejercicio mejora la supervivencia después del tratamiento de cáncer de mama.

Cambios en las mamas

La apariencia y la sensación de su mama/área del tórax puede continuar cambiando durante los primeros 1 a 2 años después de la cirugía. Si se sometió a una lumpectomía, habrá algunas cicatrices, entumecimiento y cambios en la forma de su mama. Si se sometió a una mastectomía, tendrá el pecho adormecido. El adormecimiento no suele desaparecer; puede que vuelva a sentir algo con el tiempo, pero no será como antes de la cirugía.

Si recibió radioterapia, puede notar firmeza o encogimiento de la mama o la piel. Su piel puede verse bronceada y la piel alrededor de la cicatriz quirúrgica puede tener un color rojo.

Cambios en su humor

Algunas personas pueden experimentar angustia emocional después de que termina el tratamiento de cáncer de mama, como ansiedad o depresión. Estos sentimientos son normales, pero deberían disminuir con el tiempo. Hable con su médico sobre cómo se siente emocionalmente, ya que puede referirlo(a) a un grupo de apoyo, un consejero u otros recursos de apoyo.

Dolor

Los inhibidores de la aromatasa pueden causar dolor en las articulaciones y los músculos. El ejercicio (como caminar, estirarse o hacer yoga) puede ayudar a reducir este dolor. El dolor causado por el tratamiento de cáncer de mama generalmente desaparece después de que termina el tratamiento. Si experimenta dolor durante períodos más prolongados, hable con su médico.

Dolor o entumecimiento de los nervios (neuropatía)

Algunos medicamentos de quimioterapia pueden causar daño a los nervios. Es posible que sienta un dolor punzante o con sensación de ardor, o entumecimiento. Esto suele ocurrir en los dedos de las manos o de los pies. La mayoría de las veces, estos efectos secundarios desaparecen después de que termina la quimioterapia. En otras ocasiones, el dolor o el entumecimiento puede persistir. Controle sus síntomas e informe a su médico si tiene algún dolor o entumecimiento, ya que puede tratarse.

Fatiga e insomnio

La fatiga y el insomnio (problemas para dormir) son habituales. El ejercicio, aunque sea solo caminar todos los días, puede ayudar con la fatiga después del tratamiento de cáncer de mama. Otros métodos, como la acupuntura, la meditación consciente y mantener una rutina a la hora de acostarse también pueden ayudar.

Esta hoja informativa es solo una breve perspectiva general. Para obtener más información, visite komen.org o bien, llame a la línea de ayuda de Komen para el cuidado de las mamas al 1-877-465-6636 (1-877 GO KOMEN) de lunes a viernes de 9 a.m. a 10 p.m., hora del este o envíe un correo electrónico a helpline@komen.org. Se habla español.

Recursos

Susan G. Komen®

1-877 GO KOMEN
(1-877-465-6636)
komen.org

**La vida más allá del
cáncer de mama**

1-888-753-5222
lbbc.org

Recursos relacionados en línea:

- [Atención médica de seguimiento después del tratamiento de cáncer de mama](#)
- [Linfedema](#)
- [Sexualidad e intimidad](#)
- [Apoyo tras el diagnóstico de cáncer de mama](#)

Función cognitiva ("quimiocerebro" o "cerebro canceroso")

Algunas personas tienen problemas cognitivos después del tratamiento de cáncer de mama. Los síntomas pueden incluir confusión mental o problemas de concentración, memoria y problemas para hacer múltiples tareas. El estrés, la ansiedad, la depresión y los efectos secundarios de algunos medicamentos también pueden afectar la función cognitiva. La mayoría de las personas tienen síntomas leves, pero algunas tienen problemas que pueden afectar su vida diaria. Los síntomas pueden durar de 1 a 2 años después del tratamiento o más. Es importante seguir de cerca esos síntomas y hablar con su médico acerca de ellos.

Infertilidad

Tanto la quimioterapia como la terapia hormonal pueden causar períodos menstruales irregulares o detenerlos para siempre. Ambos tienden a provocar la menopausia antes de tiempo. Si desea tener un hijo después del tratamiento, su médico o un especialista en fertilidad pueden analizar el momento del embarazo en función de su tratamiento de cáncer de mama.

Linfedema

Si le extirparon los ganglios linfáticos en el área de la axila (o recibió tratamiento de radioterapia), tiene riesgo de linfedema. El linfedema ocurre cuando se acumula líquido linfático en el brazo (u otra área como la mano o el tórax/mama) que hace que se inflame. Con frecuencia ocurre dentro de los 3 años posteriores a la cirugía de mama, pero puede ocurrir años

después. Pregúntele a su médico cuáles son los signos a los que debe prestar atención, y los tratamientos y consejos para reducir el riesgo de infección o lesión en el brazo.

Pérdida de densidad ósea

Los inhibidores de la aromatasa provocan una pérdida de densidad ósea. Esto aumenta el riesgo de osteoporosis y fracturas óseas. Si está tomando un inhibidor de la aromatasa, su médico puede controlar su densidad ósea y observar los cambios. También pueden recomendarle medicamentos u otros métodos para ayudarle a fortalecer sus huesos.

Sexualidad e intimidad

La sexualidad y la intimidad pueden ser difíciles después del cáncer de mama. La terapia hormonal puede causar una pérdida de deseo y los cambios vaginales pueden hacer que el sexo sea doloroso. Los cambios en su cuerpo pueden afectar su sexualidad. Hable con su médico, un proveedor de salud mental o un consejero. Con frecuencia, pueden proporcionar tratamiento y servicios de apoyo.

Síntomas de la menopausia

La terapia hormonal puede causar síntomas menopáusicos como sofocos y sequedad vaginal. Algunos medicamentos de quimioterapia pueden provocar una menopausia prematura y síntomas menopáusicos. Hable con su médico para saber qué puede hacer para disminuir estos efectos secundarios.

Este contenido provisto por Susan G. Komen® está diseñado solamente con fines educativos y no es exhaustivo. Por favor consulte a su médico personal.