

**SPOT
HER**

RECONÓCELA

DETECTE LAS SEÑALES, LOS SÍNTOMAS Y LOS FACTORES DE RIESGO DE CÁNCER DEL ENDOMETRIO (CE)

Con demasiada frecuencia, las mujeres que padecen de CE han informado que sus síntomas se habían estigmatizado y desestimado, **a pesar de que los diagnósticos y las muertes por este tipo de cáncer de útero van en aumento y el mismo sigue siendo poco reconocido.**

Obtenga más información en este folleto sobre los síntomas y los factores de riesgo del CE, lea historias de pacientes, sepa cuáles son las comunidades más afectadas, conozca cómo prepararse para ir al consultorio médico, y mucho más.



ACERCA DE SPOT HER

Spot Her® (reconócela) es una iniciativa para ayudar a **poner fin al silencio en torno al cáncer del endometrio (CE)** y capacitar a todas las personas, de todas las generaciones y culturas, para que cuenten su experiencia, tomen medidas y **detecten las posibles señales temprano, cuando el CE puede ser más tratable.**

Spot Her es presentado por:



¿QUÉ ES EL CÁNCER DEL ENDOMETRIO (CE)?

El **CE**, que se encuentra en el revestimiento del útero, es responsable del **90 % de los diagnósticos de cáncer de útero**. El cáncer de útero es el cuarto cáncer más diagnosticado en mujeres en los Estados Unidos. Se calcula que en el 2023 habrá **66 200 casos nuevos** de cáncer de útero y que será el causante de **13 030 muertes**.



Los diagnósticos y fallecimientos debido a este tipo de cáncer están en aumento en todos los grupos étnicos, y las tasas de diagnóstico de las comunidades de mujeres nativas americanas/nativas de Alaska, negras, asiáticas/isleñas del Pacífico e hispanas han tenido los mayores aumentos.

El CE ocurre con **mayor frecuencia entre las personas que tienen un útero y han pasado por la menopausia**, pero también puede ocurrir mucho antes. De hecho, **los diagnósticos entre las personas jóvenes** de entre 20 y 49 años, cuando la fertilidad puede ser una inquietud importante, están aumentando.

¿CÓMO PUEDO DETECTAR LAS SEÑALES?

Algunas señales frecuentes del cáncer del endometrio (CE) pueden incluir:



Sangrado vaginal anormal, manchas, o flujo marrón después de la menopausia



Sangrado irregular o abundante en personas jóvenes antes de la menopausia



Dolor o presión en el pelvis

Los síntomas comunes en las últimas fases del CE pueden incluir **sentir una masa y/o perder peso sin intentarlo**. Otros síntomas menos frecuentes incluyen dificultad o dolor al orinar y/o dolor durante el coito. Estos no son todos los síntomas del CE y podrían estar causados por otras condiciones. Es fácil pasar por alto estos síntomas, por eso **es importante que hable con su médico sobre cualquier síntoma preocupante en cuanto surja**.

¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE RIESGO?

Es importante conocer los factores que pueden aumentar el riesgo de desarrollar cáncer del endometrio (CE) y que hable con su médico sobre cualquier factor de riesgo que pueda estar experimentando.

Algunos factores de riesgo habituales del CE incluyen:



Antecedentes personales

- Obesidad
- Edad (el riesgo aumenta con la edad)
- Dieta rica en grasas
- Falta de ejercicio
- Antecedentes de síndrome de Lynch u otra variante genética relacionada con el CE
- Diabetes de tipo 2



Antecedentes reproductivos

- Nunca haber estado embarazada
- Síndrome de ovario poliquístico (SOP) (el riesgo de las personas que padecen SOP podría ser casi 3 veces mayor)
- Antecedentes de menstruación irregular
- Mayor cantidad de ciclos menstruales a lo largo de la vida
- Antecedentes de terapia hormonal



Antecedentes familiares

- Antecedentes familiares de cáncer de útero
- Antecedentes familiares de cáncer colorrectal vinculado al síndrome de Lynch
- Antecedentes familiares de un pariente que haya dado positivo en las pruebas del síndrome de Lynch u otra variante genética vinculada al CE

LOS ANTECEDENTES MÉDICOS FAMILIARES PUEDEN SER UN FACTOR DE RIESGO

Los antecedentes familiares de ciertas enfermedades pueden aumentar el riesgo de padecer de cáncer del endometrio (CE). **Las personas que tengan familiares que hayan padecido el síndrome de Lynch**, también conocido como cáncer de colon no polipósico hereditario (CCNPH), **tienen un mayor riesgo de padecer de CE.**

Otros factores genéticos de riesgo incluyen (pero no se limitan a) variantes en el gen PTEN. Las personas que tengan una variante hereditaria del gen PTEN pueden padecer de una enfermedad denominada síndrome de Cowden.



Representación de actores

El asesoramiento genético puede darle información sobre cómo las enfermedades genéticas pueden afectarle a usted o a su familia, y las pruebas genéticas **pueden ayudarle a comprender mejor si es posible que tenga un riesgo hereditario** para contraer el CE. Si desea recibir asesoramiento y pruebas genéticas, consulte a su médico.

DISPARIDADES DE SALUD ENTRE LAS COMUNIDADES DE COLOR

El cáncer del endometrio (CE) **puede ser más tratable cuando se detecta en una fase temprana**. Es especialmente importante que las mujeres de raza negra reconozcan los síntomas, ya que solamente el 53 % de ellas reciben un diagnóstico precoz.

Los estudios han indicado que **muchos otros factores** contribuyen al aumento de los casos, las muertes y el retraso en el diagnóstico en las mujeres de raza negra.

Entre ellos se incluyen:

- Situación socioeconómica
- Falta de acceso al cuidado de la salud
- Inequidad en el tratamiento
- Factores biológicos

Una encuesta de 15 mujeres de raza negra que padecen de CE demostró que las **limitaciones culturales**, como no discutir el tema del sangrado vaginal con otros miembros de la comunidad pueden hacer que sea **más difícil que las mujeres de raza negra busquen atención médica**, incluso si presentan síntomas. El hecho de que muchas mujeres de raza negra no hablen del CE puede retrasar el diagnóstico, lo que puede resultar en un diagnóstico tardío, cuando el cáncer ya se ha extendido y puede ser más difícil de tratar.

Debido al diagnóstico tardío, a los tipos de tumores más agresivos y a otras disparidades del cuidado de la salud, **la comunidad negra es particularmente vulnerable a la enfermedad**. De hecho, las mujeres de raza negra tienen el doble de probabilidades de morir de CE que las de raza blanca. Es fundamental que todas las mujeres, y especialmente las de raza negra, **consulten a un médico si creen que pueden tener alguno de los factores de riesgo o síntomas de CE**.



Representación de actores

CÓMO DAR PRIORIDAD A SU SALUD



Conozca los antecedentes de salud de su familia



Conozca su cuerpo y documente los síntomas a medida que surjan



Programa consultas con su ginecólogo regularmente. Después de la menopausia, hable con su ginecólogo sobre la frecuencia con la cual debe ir a su consultorio, y asegúrese de tener en cuenta cualquier factor de riesgo que pueda tener a la hora de determinar la frecuencia de las consultas.

Si tiene algún síntoma, su médico puede utilizar las siguientes pruebas para determinar la causa:

- Examen pélvico
- Ecografía del útero
- Biopsia de muestra de tejido del endometrio
- Dilatación y legrado con histeroscopia

Actualmente, no existen pruebas rutinarias de detección de cáncer del endometrio (CE), por lo que **es importante que consulte inmediatamente a su médico si tiene algún posible síntoma**. De esta manera, él/ella estará al tanto de cualquier síntoma que pueda estar experimentando y podrá realizarle el seguimiento adecuado.

MÉTODOS DE TRATAMIENTO DEL CE

- **El tratamiento más frecuente del cáncer del endometrio (CE)** es la cirugía para extraer el útero (histerectomía). Suele realizarse mediante cirugía laparoscópica mínimamente invasiva, que tiene un periodo de recuperación relativamente breve.
- **La quimioterapia** es un tratamiento que utiliza fármacos para frenar el crecimiento de las células cancerosas, ya sea al destruirlas o al impedir que se dividan.
- **La radiación** utiliza haces de energía de alta potencia, típicamente rayos X, para destruir las células cancerosas, y puede sugerirse antes o después de la cirugía.
- **La terapia hormonal** puede ser útil contra ciertos tipos de CE y se utiliza principalmente para las personas jóvenes que desean tener hijos en el futuro o si la cirugía no es una opción segura.
- **La terapia dirigida** es un tipo de tratamiento contra el cáncer que interfiere con proteínas específicas que ayudan a las células cancerosas a crecer, dividirse y diseminarse. Los tratamientos farmacológicos dirigidos pueden provocar la destrucción de las células cancerosas, mientras que la mayoría de las células sanas quedan intactas. Puede utilizarse en el tratamiento del cáncer del endometrio avanzado.
- **La inmunoterapia** ayuda al sistema inmunitario a luchar contra las células cancerosas y puede considerarse para el CE si el cáncer está avanzado y otros tratamientos no han ayudado.

¿QUIÉN ES PARTE DEL EQUIPO ASISTENCIAL?

Si se le diagnostica cáncer del endometrio (CE), es posible que deba acudir a distintos tipos de profesionales de cuidado de la salud durante el diagnóstico y el tratamiento, y posteriormente.

Este grupo de personas se denomina su "equipo asistencial".



Los oncólogos ginecólogos son médicos especializados tanto en el diagnóstico como en el tratamiento del cáncer y han recibido capacitación especial para operar cánceres de útero, cuello uterino, ovarios, trompas de Falopio, vulva y vagina.



Los oncólogos médicos son expertos en tratar el cáncer empleando distintos enfoques médicos, como la quimioterapia o los fármacos.



Los profesionales de enfermería oncológica se especializan en la atención oncológica y pueden colaborar con usted a lo largo del diagnóstico y el tratamiento, ayudarle con la información médica, a controlar los síntomas y los efectos secundarios, y responder a sus preguntas.



Los oncólogos radioterapeutas son expertos en el uso de la radiación para tratar el cáncer (si este tratamiento es parte de su plan de tratamiento).



Los trabajadores sociales han recibido capacitación en asesoramiento y apoyo práctico con temas como el transporte (de ida y vuelta a las consultas, por ejemplo), programas de apoyo y mucho más. Pueden abogar por usted y ayudarle a encontrar apoyo emocional. Algunos trabajadores sociales están especializados en el apoyo a pacientes que tienen cáncer.



Tanto los profesionales de enfermería como los asesores de pacientes pueden ayudarle a informarse sobre el cáncer y facilitar las conversaciones con los profesionales del cuidado de la salud. Asimismo, pueden guiarle a lo largo del diagnóstico y el tratamiento, coordinar el tratamiento y la atención, y ayudarle a encontrar recursos financieros, logísticos y educativos.



Los dietistas titulados pueden ayudarle a enfrentar algunos efectos secundarios del tratamiento que pueda estar experimentando y ayudarle a mantener hábitos alimentarios saludables que sean beneficiosos para su recuperación.



Los asesores genéticos pueden ayudarle a determinar su riesgo de padecer ciertos tipos de cáncer con base en sus antecedentes médicos personales y familiares. Si ya le han diagnosticado un cáncer, pueden ayudarle a comprender mejor cómo tratarlo. Estos asesores le indicarán qué pruebas genéticas pueden requerirse para evaluar su nivel de riesgo, le explicarán el proceso para llevar a cabo los análisis requeridos, lo que estos análisis pueden y no pueden hacer y qué tan bien funcionan, y repasarán con usted los resultados de los análisis una vez que se hayan realizado.



Los expertos en cuidados paliativos se enfocan en mejorar la calidad de vida de las personas que tienen cáncer. Su meta es ayudar a controlar los síntomas del cáncer y los efectos secundarios del tratamiento. También pueden ayudar a controlar cualquier tema mental, físico, emocional, social y espiritual que pueda surgir. Y además, pueden ayudar con los cuidados al final de la vida.

CÓMO PUEDE PONERSE EN CONTACTO CON SU MÉDICO

Es importante que **comunique claramente a su médico todas sus inquietudes**. Aquí le ofrecemos algunas declaraciones y preguntas orientativas para ayudarle a facilitar la conversación con su profesional de cuidado de la salud:

Si experimenta síntomas:

"**Ya he pasado la menopausia**, pero he estado experimentando [**sangrado abundante / ligero / muy ligero**] [**sangrado anormal / manchas / flujo marrón**] de color _____ durante los (las) últimos(as) _____ [**semanas / meses**]".

Si tiene antecedentes personales o familiares de alto riesgo:

"**Sé que tengo un mayor riesgo de desarrollar cáncer** del endometrio debido a que tengo [**SOP (síndrome de ovario poliquístico) / síndrome de Lynch / antecedentes médicos familiares o personales de cáncer de mama, útero o colon**]. ¿Puede ayudarme a comprender plenamente mi riesgo hereditario de cáncer del endometrio?"

Si ya la han diagnosticado:

"**Me han diagnosticado cáncer del endometrio**, y sé que es importante que monitoree mis síntomas para detectar cualquier cambio. He estado experimentando _____ durante _____ días/semanas.

"Para que pueda mantenerme al día con mi plan de cuidado, ¿podemos preparar un calendario que incluya mis próximas consultas o pruebas de seguimiento?"

COMPRENDER SU DIAGNÓSTICO Y OBTENER UNA SEGUNDA OPINIÓN

El diagnóstico de cáncer suele ir acompañado de una serie de emociones y de **una sensación de urgencia por iniciar el tratamiento de inmediato**. No obstante, es importante que entienda el diagnóstico y las opciones de tratamiento, y que consiga respuestas a preguntas como las siguientes:

- ¿En qué etapa se encuentra el cáncer?
- ¿Cuáles son las opciones de tratamiento más habituales?
- ¿El cáncer se ha extendido?
- ¿Hay alguna prueba clínica que pueda ser adecuada?

Puede ser útil obtener una segunda opinión de otro oncólogo ginecólogo para confirmar su diagnóstico, obtener otro punto de vista y determinar si hay otras opciones de tratamiento disponibles. Después de su diagnóstico inicial, hable con el médico e **infórmele que va a buscar una segunda opinión**. **Es normal que sienta incomodidad** al hablar de acudir a otro médico, pero a la mayoría de los proveedores les gusta tener una segunda opinión ya que puede aportar la confirmación del diagnóstico y el tratamiento, o incluso más información. Recuerde que **obtener una segunda opinión no es algo infrecuente y que** su médico puede incluso remitirle a otro proveedor.



HISTORIAS DE PACIENTES REALES

Las siguientes citas fueron aportadas por pacientes reales y se basan en sus experiencias individuales.



Jurline Redeaux

71, California

Habló proactivamente con su médico sobre unos síntomas que resultaron ser cáncer del endometrio (CE).

“ No se demore; vaya a una consulta de inmediato. Me diagnosticaron cáncer del endometrio a los 65 años. Tenía un empleo a tiempo parcial como trabajadora social, que era un puesto que me encantaba ya que podía ayudar a jóvenes en situación de acogida a reencontrarse con sus familias. Era una época en la que había mucho trabajo; sin embargo, solicité una consulta con mi médico de cabecera inmediatamente al notar la primera indicación de sangrado. ”



Karen Millman

60, Virginia

Se le diagnosticó CE en etapa IV después de tener que acudir a la sala de emergencias debido a una gran hemorragia.

“ A los 56 años, tenía sangrados abundantes, pero pensé que era un síntoma de la premenopausia. Era una madre muy ocupada y todo lo demás tenía prioridad, así que no acudí al médico. Una noche me desperté con una hemorragia y tuve que ir a la sala de emergencias, donde me dijeron que tenía cáncer del endometrio en etapa IV. Quiero que otras mujeres aprendan de mi experiencia. Presten atención a su cuerpo y no ignoren lo que podrían ser señales de cáncer del endometrio. ”



Nefa-Tari Moore
39, Nueva Jersey

Tuvo cáncer de útero y ovario en 2013.

“ Estuve sangrando mucho por dos meses hasta que decidí ir a la sala de emergencias. Los médicos de la sala de emergencias me dijeron que mis síntomas podían deberse simplemente a un cambio en mi ciclo menstrual y al estrés, pero insistí en que me hicieran más pruebas y descubrí que tenía cáncer del endometrio. Esa experiencia es lo que hace que me apasione tanto alentar a las mujeres a que aboguen por su salud y no ignoren lo que podrían ser señales de cáncer del endometrio.”



Melany Morrison
55, Texas

Aprendió que el síndrome de Lynch aumentaba su riesgo de padecer CE y fue diagnosticada en 2014.

“ Le conté a mi ginecóloga la anécdota de un momento vergonzoso en el gimnasio, cuando de repente sentí que caía un chorro de sangre. Pero a ella no le pareció gracioso. Ordenó unos análisis inmediatamente y, posteriormente, me diagnosticaron cáncer del endometrio. También descubrí que tenía el síndrome de Lynch, y se lo conté a mi hija para que estuviese al tanto del riesgo que corría. Todos tenemos que apoyar a las mujeres que nos rodean y educarlas y abogar por la salud de las demás.”

LOS GRUPOS DE DEFENSA OFRECEN APOYO DE DISTINTAS MANERAS

Spot Her es una iniciativa de Eisai Inc. en colaboración con los grupos de defensa Facing Hereditary Cancer Empowered (FORCE), SHARE Cancer Support, Black Health Matters (BHM), Endometrial Cancer Action Network for African-Americans (ECANA) y Foundation for Women's Cancer (FWC). Estos grupos se esfuerzan por **concientizar, facilitar recursos y material educativo, organizar grupos de apoyo, y dar esperanza a las personas afectadas por el cáncer del endometrio**. Sus recursos educativos y de apoyo incluyen los siguientes... y muchos más:

Grupos y apoyo comunitario

- Grupos de apoyo
- Grupos de Facebook
- Tableros de anuncios en línea
- Apoyo individual
- Líneas telefónicas de ayuda

Capacitación en línea y presencial

- Seminarios web educativos
- Blogs
- Artículos sobre el CE
- Conferencias sobre salud



Escanee el código QR para visitar el sitio web de Spot Her y acceder a algunos de los recursos de nuestros socios.

LA VIDA CON CÁNCER DEL ENDOMETRIO (CE)

Unirse a un grupo de apoyo

Si padece de cáncer del endometrio o del útero, **unirse a un grupo de apoyo puede ser una manera beneficiosa de ponerse en contacto con otras personas** que los han padecido. Escanee los siguientes códigos QR para familiarizarse con los grupos FORCE y SHARE y **ver cómo puede participar** en las próximas reuniones.



FORCE
Facing Hereditary Cancer EMPOWERED



SHARE
CANCER SUPPORT

Adaptarse a una nueva normalidad

Muchas cosas pueden cambiar tras el diagnóstico de cáncer y comenzar el tratamiento, y **es importante mantenerse al tanto de cómo cuidarse y abogar por uno mismo**. Puede trabajar con su equipo del cuidado de la salud para crear un plan, que podría incluir:

- Llevar seguimiento y discutir los efectos secundarios del tratamiento con el equipo de cuidado de la salud
- Monitorear los síntomas
- Tomar los medicamentos según recetados
- Programar y someterse a pruebas de seguimiento
- Explorar las opciones de rehabilitación, como la fisioterapia y el apoyo emocional
- Hacer cambios saludables en el estilo de vida, como comer sano y hacer ejercicio con regularidad

**VISITE EL SITIO WEB DE SPOT HER PARA
ACCEDER A RECURSOS Y MUCHO MÁS**

Escanee el código QR a
continuación para
acceder a los recursos.

