

Apoyo con experiencia y dedicación

SHARE

a mujeres con cáncer de seno o de ovario

212-719-0364

www.sharecancersupport.org

SHARE agradece la generosa colaboración y a la vez les extiende su más sincera gratitud a las personas que contribuyeron en este proyecto. Novelas Educativas acerca de la Supervivencia de Cáncer en Nueva York: Concientización sobre el Cáncer de Seno - *Se valiente... son tus senos*®

Silvia Formenti, M.D.
Cecilia Mercado, M.D.
Jenny Romero, M.D.

Ana Abraido-Lanza - Ph.D.
Dinelia Rosa - Ph.D.
Tere Martínez – Dramaturga
Phillip Nessen - Ilustrador

Especialmente agradecemos a William F. Ryan Community Health Network y todas nuestras mujeres Latinas que participaron en los grupos de análisis y que fueron tan amables de compartir sus sinceras opiniones, creencias y temores sobre el cáncer de seno.

A todo el personal de SHARE, LatinaSHARE y voluntarias que ayudaron en esta novela.

Fuentes de Información y Apoyo

SHARE: (Auto-Ayuda para Mujeres con Cáncer de Seno o de Ovario)
www.sharecancersupport.org/espanol (866) 891-2392

Somos una organización formada por sobrevivientes de cáncer de seno y cáncer de ovario y ofrecemos servicios de apoyo para la comunidad de mujeres afectadas por estas enfermedades. Además brindamos otros servicios tales como: Líneas de auxilio, grupos de apoyo, programas educativos para mujeres que padecen de estas enfermedades y programas sobre la salud de los senos y de los ovarios para las que no han padecido de cáncer. Todos nuestros servicios son gratis.

Instituto Nacional del Cáncer www.cancer.gov/espanol (800) 422-6237

Es la agencia principal del gobierno federal de los Estados Unidos que conduce y apoya estudios de investigación, entrenamiento, diseminación de información sobre la salud y otros programas con respecto a la causa, diagnóstico prevención; tratamientos de cáncer y rehabilitación de cáncer y provee continuo apoyo a pacientes y familiares de pacientes con cáncer.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

www.cdc.gov/spanish (800) 232-4636

Es la fuente confiable sobre la salud en Internet. Los centros protegen la salud y promueven la calidad de vida a través de la prevención y el control de las enfermedades, lesiones y discapacidades.

American Cancer Society www.cancer.org/espanol (800) 227-2345

Es una organización de voluntarios que ofrece servicios a las personas y familiares que padecen de cáncer. Patrocina programas de investigación, educación y servicios de apoyo incluyendo materiales impresos.

Tú tienes el poder, riega la voz

Quiero escuchar de ti y saber lo que has aprendido con nuestra novela. Escríbeme a mi correo electrónico Ivette@sharecancersupport.org. Tú también puedes ayudar mucho a nuestra comunidad, únete a nosotras y forma parte del grupo de las valientes.

GRATIS

SE VALIENTE... SON TUS SENOS

Copyright © 2010 SHARE, Inc. All rights reserved.

**UN DRAMA SOBRE UNA
MUJER LATINA Y
COMO EL PROCESO
DE APRENDER SOBRE
LA SALUD DE LOS
SENOS TRANSFORMA
SU VIDA.**



LA HISTORIA DE IVETTE

Síntomas

Los signos de advertencia del cáncer de mama (seno) pueden ser distintos en cada persona. Es posible que algunas personas no tengan ningún tipo de signos o síntomas. Una persona puede descubrir que tiene cáncer de mama por medio de una mamografía de rutina.

Algunos signos de advertencia del cáncer de mama son:¹

- Aparición de un bulto en las mamas (senos) o debajo del brazo (axila).
- Endurecimiento o hinchazón de una parte de las mamas.
- Irritación o hundimientos en la piel de las mamas.
- Enrojecimiento o descamación en el pezón o las mamas.
- Hundimiento del pezón o dolor en esa zona.
- Secreción del pezón, que no sea leche, incluso secreción de sangre.
- Cualquier cambio en el tamaño o la forma de las mamas.
- Dolor en cualquier parte de las mamas.

Recuerde que estos signos de advertencia también pueden aparecer debido a otras enfermedades no relacionadas con el cáncer. Si tiene algún síntoma o signo preocupante, consulte a su médico de inmediato.

¹Osteen, R. Breast Cancer. In: Lenhard RE, Osteen RT, Gansler R, eds. Clinical Oncology. Atlanta, GA: American Cancer Society; 2001:251–268.

Fuente del contenido: División de Prevención y Control del Cáncer, Centro Nacional para la Prevención de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud.

Algunos mitos y creencias comunes sobre el cáncer ¹

Dicen que el cáncer sólo se presenta en personas con familiares que tienen o tuvieron cáncer. ¿El cáncer es hereditario?"

El cáncer de seno no siempre es hereditario. La mayoría de los casos de cáncer de seno ocurren en personas que no tienen familiares con cáncer.

Si el cáncer se remueve por medio de una cirugía o biopsia, ¿se extiende o riega a otras partes del cuerpo?"

Algunas personas se preocupan de que una cirugía o biopsia para el cáncer haga que se extienda (riegue o pase) la enfermedad. La cirugía o biopsia no causa que el cáncer se extienda.

Si yo tengo cáncer, voy a saberlo porque sentiré dolor. Por eso, sólo debo hacerme una prueba de detección de cáncer si siento algún dolor. ¿Verdad?"

En casos muy raros el cáncer de seno produce dolor. Por eso es necesario que usted reconozca como se sienten y como lucen sus senos. Si nota algún cambio debe notificar de inmediato a su doctor.

Me di un golpe en el seno y unos días después vi que me apareció un moretón (morete). ¿Los moretones en los senos producen cáncer de seno (mama)?"

No, los golpes en los senos no causan cáncer de seno.

¿Hay hierbas que curan el cáncer?"

Algunos pacientes con cáncer toman hierbas (como uña de gato, chaparral y jugo Noni) con la esperanza de que les ayuden a curar el cáncer. Pero actualmente los estudios científicos no han encontrado ninguna hierba o mezcla de hierbas que curen el cáncer. Los pacientes con cáncer que estén tomando o piensen tomar hierbas deben hablar con su doctor. Algunas hierbas podrían causar daño por sí solas o cuando se combinan con tratamientos comunes contra el cáncer, como la quimioterapia. Además, algunas hierbas pueden impedir que otros tratamientos o medicinas funcionen adecuadamente.

¹Esta lista es un extracto editado del listado de mitos y creencias comunes sobre el cáncer de la página Web del Instituto Nacional del Cáncer en español.

Querida hermana Latina:

Quiero informarte que establecer una buena relación con tu doctor es muy importante para la salud de tus senos y tu cuerpo. El éxito de la relación doctor y paciente consiste en la comunicación clara y la colaboración entre ambas partes a favor de tu salud. Para esto debes reconocer que en muchos casos nuestro idioma y cultura son diferentes a las de tu doctor.

Debes tomar en consideración que el doctor ve muchos pacientes al día y cuando te presentes en la consulta debes pedir la asistencia de un traductor si lo necesitas, con esto se estarán ayudando mutuamente. Nosotras somos comúnmente tímidas y sobre todo cuando se trata de exámenes de senos u otras partes privadas de nuestro cuerpo. Cuando vayas a tu doctor comunícale si sientes vergüenza o estás ansiosa y así te comprenderá más y podrá brindarte mejor ayuda.

Los doctores son profesionales muy ocupados y valoran mucho el tiempo de tu cita médica pero para esto tú también debes cooperar. Debes preparar una lista con las preguntas que deseas hacerle a tu doctor y con esto obtendrás mayor provecho del tiempo que pases con él.

Mi doctora me dijo que debo verla una vez al año, hacerme los exámenes que ella considere necesario y así lo haré; tú también debes hacerlo por ti y por los tuyos.

El doctor debe ser tu mejor aliado para la salud. Recuerda que las preguntas de salud en general y especialmente cuando se trata de tus senos se las haces al doctor. No creas todo lo que dicen por ahí.

Hermana, espero que estos consejos te ayuden tanto como a mí. Hoy en día tengo tan buena relación con mi doctora que hasta he perdido el miedo a los exámenes de los senos.

-Ivette



SHARE gratefully acknowledges the generosity and unwavering support of the **Breast Cancer Fund of the National Philanthropic Trust**, which made the publication of this Novela possible. The Novelas for Cancer Survivorship Education in New York: Breast Cancer Awareness Novela - *Se valiente... son tus senos*© provides information to the Latino population about breast health, breast cancer, screening, early detection, diagnosis, and treatment to help reduce morbidity and mortality from this disease.

La historia de Ivette “Se valiente...son tus senos” ha sido posible gracias a la generosidad y el apoyo de “**The Breast Cancer Fund of National Philanthropic Trust**”.

Apoyo con experiencia y dedicación

SHARE

a mujeres con cáncer de seno o de ovario

212-719-0364
www.sharecancersupport.org





Tengo que regresar por los resultados la semana que viene. Me dijo que vaya con un familiar o amiga.

Pero si en nuestra familia nunca nadie ha tenido cáncer del seno.



Imagínate, yo no puedo dejar el trabajo ahora. A Gerardo sólo le falta un año para graduarse de la escuela.

¿Pero, quién ha dicho que tienes que dejar de trabajar?



No sé. Tengo un mal presentimiento. No se lo digas a nadie. No quiero que Gerardo lo sepa.

Tranquila. ¿Cuántas personas no sobreviven el cáncer de seno hoy en día?



Ay Dios mío, ¿tendré algo malo yo también? Ha de ser por eso que siempre estoy tan cansada.



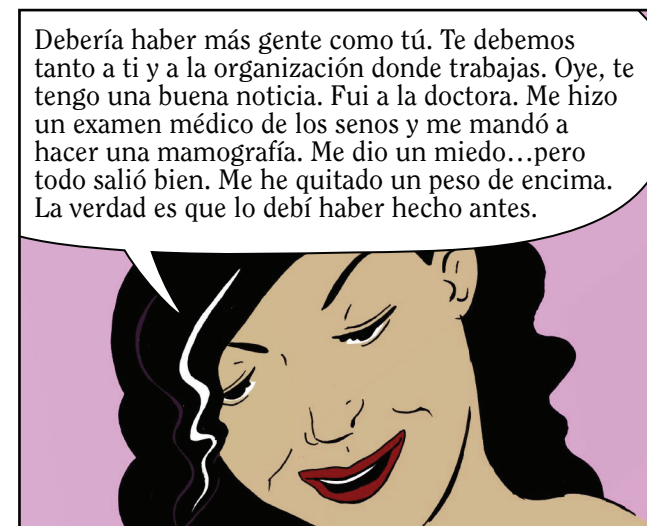
¿Hace cuántos días que aquí no se come comida caliente? Siempre andas tan ocupada que ya ni caso me haces.



Mira, no estoy de humor. Hoy no tuve ni un respiro en el salón.

Es que trabajas demasiado, mujer.

¿No era eso lo que tú querías también, que tuviese mi propio salón?



Debería haber más gente como tú. Te debemos tanto a ti y a la organización donde trabajas. Oye, te tengo una buena noticia. Fui a la doctora. Me hizo un examen médico de los senos y me mandó a hacer una mamografía. Me dio un miedo...pero todo salió bien. Me he quitado un peso de encima. La verdad es que lo debí haber hecho antes.



No te llamé porque Roberto se ofreció. Ni tuve que pedirselo.



Debes establecer una relación con tu médico y discutir con él cuán a menudo debes visitarlo y hacerte la mamografía.

Ya lo sé. Roberto me dijo que se encargará de recordármelo.



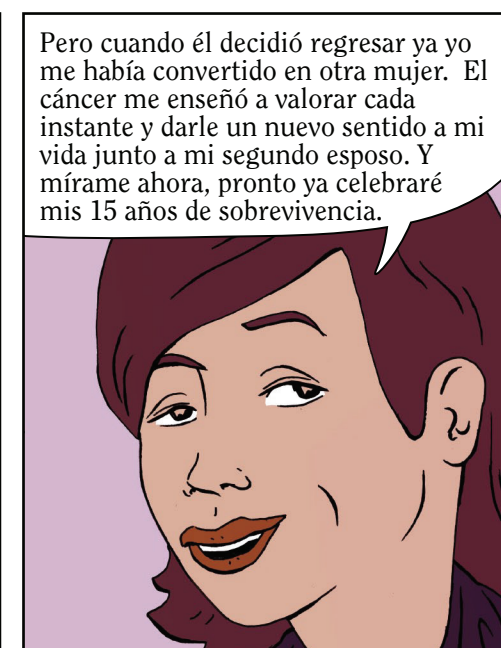
Tienes suerte de tener a Roberto.

Yo no sé cómo tú pudiste sobrevivir todo ese proceso sin tu ex esposo.



Gracias a mis amigas, a gente como tú, y sobre todo a SHARE que tanto me apoyó a mí y a mi familia durante ese proceso tan duro.

Si recuerdo que hasta a tu ex esposo quisieron darle apoyo.



Pero cuando él decidió regresar ya yo me había convertido en otra mujer. El cáncer me enseñó a valorar cada instante y darle un nuevo sentido a mi vida junto a mi segundo esposo. Y mírame ahora, pronto ya celebraré mis 15 años de sobrevivencia.





Ivette, me siento tan deprimida con todo esto.



Lo sé. Por eso insistí en que vinieras a arreglarte el pelo. Al mal tiempo, buena cara.



Y esperar por los resultados de la biopsia me causa tanta ansiedad.



¿Y a ti qué te pasa? Estás como pálida, Ivette.



Lo sé. Tengo algo malo. Tengo que encontrar el valor para ir al médico.



Es el salón. Son tantas las presiones. Nunca me debí meter en ese préstamo.

Pero ¿y Roberto no te ayuda?



Ahora mismo siento que no me entiende.

Tú no estás sola. Nos tienes a todos nosotros.

No te quejes. Roberto es muy buen marido. No sabes lo sola que me siento en este momento.

Y si esto es malo, ¿cómo se lo digo a mi hijo?



Tengo una amiga que nos ayudará. Es una cliente del salón. Ella es sobreviviente de cáncer de seno y trabaja para SHARE, una organización que se dedica a dar apoyo a mujeres que están pasando por este proceso.



Sigues tan deprimida. Tenemos que estar agradecidos de que Silvia salió bien de la operación. ¿Tanto te preocupa el préstamo? Tú me ocultas algo. Yo te conozco. ¿Te has atrasado en los pagos?



No. No tiene que ver nada con el préstamo.

Y entonces, ¿qué es? Dime.



Es que nunca me toco los senos. Pero ahora con esto de Silvia... cuando me toco me siento cosas raras y me imagino lo peor.



¿Tienes miedo de tener algo malo tú también?

Miedo no, terror. ¿Me querrías igual si tuviese cáncer de seno?



¿Cómo puedes dudar así de mí? Yo sé que tú tampoco me dejarías a mí en un momento así.

Me da pánico pensar en lo que me pueda decir la doctora.



¿Tú? Si tú eres la persona más valiente que he conocido en mi vida. Nunca le has tenido miedo a nada, además yo estaré contigo.

Al cáncer de seno sí le tengo miedo....



