

Recién diagnosticado con cáncer: qué hacer primero

Un diagnóstico de cáncer es abrumador, y las emociones fuertes son comunes. En los primeros días, concéntrese en entender su diagnóstico y etapa exactos, preguntar por sus opciones y formar su equipo de atención y su red de apoyo. Pregunte a su equipo cuánto tiempo tiene para decidir.

Primero, respire hondo

Un diagnóstico de cáncer puede parecer irreal. El miedo, el enojo y el estrés son comunes. En los primeros días puede ser difícil asimilar la información. Dese permiso para hacer una pausa y respirar. Luego pregunte a su equipo cuánto tiempo tiene antes de que haya que tomar decisiones.

Entienda su diagnóstico exacto

No todos los cánceres son iguales, y los detalles importan más que la sola palabra "cáncer". Pida a su equipo:

- El tipo exacto de cáncer
- Dónde empezó
- La etapa, es decir, la extensión del cáncer, como el tamaño del tumor y si se ha propagado

Pídales que se lo escriban, o repítalo con sus propias palabras para comprobar que lo entendió bien. Esta información es la que le permitirá comparar las opciones de tratamiento más adelante y sentir más control sobre las decisiones que vienen.

Pregunte cuánto tiempo tiene

Qué tan pronto debe comenzar el tratamiento depende del cáncer. Pregunte directamente a su equipo si algo es urgente y cuánto tiempo tiene para decidir. Pídales que le expliquen por qué.

Forme su equipo y su red de apoyo

Su atención suele estar a cargo de un oncólogo, un médico que trata el cáncer. Él o ella trabaja con un equipo más amplio. A menudo incluye una enfermera oncológica o un navegador de pacientes que puede responder preguntas entre una visita y otra.

Además del equipo médico, apóyese en familiares, amigos y grupos de apoyo. El NCI también ofrece ayuda por teléfono al 1-800-4-CANCER (1-800-422-6237) y por su chat en línea LiveHelp. A muchas personas les resulta más fácil llevar a alguien a las citas para que escuche y tome notas.

Pregunte por una segunda opinión

Una segunda opinión significa que otro médico revisa su diagnóstico y su plan. Antes de una decisión importante sobre el tratamiento, pregunte a su equipo si tiene sentido para usted y cómo organizarla.

Qué preguntar a su equipo

El NCI aconseja llevar una lista de preguntas a cada cita. Es fácil olvidarlas una vez que está en el consultorio. Algunas preguntas útiles al principio son:

- ¿Qué tipo y etapa exactos de cáncer tengo?
- ¿Cuáles son mis opciones de tratamiento y cuál es el objetivo de cada una?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios esperados y cómo se manejan?
- ¿Cuánto tiempo tengo para decidir, y puedo pedir una segunda opinión?
- ¿Quién es mi principal punto de contacto para preguntas entre visitas?

Fuentes

- [National Cancer Institute — Coping With Cancer](https://cancer.gov/about-cancer/coping) (cancer.gov/about-cancer/coping)
- [National Cancer Institute — Cancer Staging](https://cancer.gov/about-cancer/diagnosis-staging/staging) (cancer.gov/about-cancer/diagnosis-staging/staging)

Basado en una fuente confiable

Esta es una explicación en lenguaje sencillo de contenido educativo basado en Instituto Nacional del Cáncer. Lea la fuente original para obtener información completa y actualizada. Solo con fines educativos: no es un consejo médico. Hable siempre con su propio equipo de atención médica.

Instituto Nacional del Cáncer: cancer.gov/espanol/cancer/sobrellevar

Última actualización: 2026-08-13

Usted tiene derecho a un intérprete gratuito. Los hospitales y clínicas de los Estados Unidos que reciben fondos federales deben ofrecerle un intérprete calificado sin costo. Puede pedirlo en la recepción o antes de su cita. No tiene que traer a un familiar ni a un niño para que le interprete.

En línea: cancerexplained.org/es/temas/recien-diagnosticado-que-hacer-primero

Traducido del artículo en inglés de cancerexplained.org. La versión en inglés es la que se revisa contra la fuente.

Solo información educativa, no consejo médico. Un sistema editorial asistido por IA ayudó a preparar esta página. Ningún revisor médico identificado la ha revisado, a menos que se indique uno.

Puede imprimir, copiar y compartir esta hoja gratis y sin cambios. No necesita pedir permiso. Por favor, no modifique el contenido médico. Cite: cancerexplained.org. Información educativa, no consejo médico.