

# Viviendo con Cáncer de Próstata

## Los cuidados de seguimiento del cáncer de próstata pueden incluir:

- Seguimiento de la enfermedad
- Control de los síntomas y efectos secundarios
- Apoyo emocional
- Plan de supervivencia

Un **Plan de Cuidados de Supervivencia** organiza sus cuidados de seguimiento. Este plan puede incluir:

- Información sobre el tratamiento que ha recibido.
- Un calendario de exámenes y pruebas de seguimiento.
- Una lista de posibles síntomas y efectos secundarios.
- Recomendaciones sobre el estilo de vida para establecer y mantener hábitos saludables.

A algunos hombres con cáncer de próstata les resulta más fácil comunicar temas incómodos por escrito, utilizando el portal del paciente. No olvide que los compañeros de cuidados pueden ser un recurso para ayudar a sacar temas difíciles.

## Pasos para involucrarse en el tratamiento del cáncer de próstata

- Asegúrese de programar y mantener visitas periódicas con su equipo -incluido su médico de cabecera- para poder controlar todos los aspectos de su salud.
- Informe de cualquier síntoma nuevo que experimente, por pequeño que sea.
- No dude en hablar sobre los efectos secundarios persistentes – incluidos los efectos secundarios de la vejiga y sexuales– para que su equipo pueda identificarlos.
- Pida apoyo emocional y recursos.
- Hable con su médico sobre un plan de cuidados de supervivencia.

## Acerca de los grupos de apoyo

Los grupos de apoyo permiten a los hombres reunirse e interactuar con otros que viven con cáncer de próstata y proporcionan una plataforma para compartir experiencias e información. En el entorno de un grupo de apoyo, puede resultar más fácil para los hombres compartir detalles que no necesariamente quieren compartir con sus seres queridos. También existen grupos de apoyo para cuidadores.

## Apoyo y recursos para el cáncer de próstata

Fundación contra el Cáncer de Próstata: [pcf.org](http://pcf.org)

Instituto de Investigación del Cáncer de Próstata: [pcri.org](http://pcri.org)

Esto es vivir con cáncer: [thisislivingwithcancer.com](http://thisislivingwithcancer.com)

ZERO-El fin del cáncer de próstata: [zerocancer.org](http://zerocancer.org)

Visite [powerfulpatients.org/PC](http://powerfulpatients.org/PC) para consultar guiones de consulta, guías de recursos y mucho más.

Aprenda más:



Este programa es proporcionado por la Red de Empoderamiento del Paciente y es posible con el apoyo y la colaboración de Oncología Pfizer.  
Todas las marcas registradas son propiedad de sus respectivos dueños..

