



[cancer.org](http://cancer.org) | 1.800.227.2345

---

## Después del tratamiento contra el cáncer de cavidad nasal (nariz) y de senos paranasales

Obtenga información sobre la vida como sobreviviente: pruebas de seguimiento y cómo mantener su salud después del tratamiento contra el cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales.

### La vida después del tratamiento

Para muchas personas, el tratamiento contra el cáncer genera dudas sobre los pasos que siguen como sobreviviente o sobre las probabilidades de que el cáncer regrese.

- [La vida como sobreviviente del cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales](#)
- 

## La vida como sobreviviente del cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales

- [Pregunte a su médico acerca de un plan de atención para pacientes después del tratamiento](#)
- [Cuidados de seguimiento después del cáncer de cavidad nasal y de senos](#)

### paranasales

- [Mantenga un seguro de salud y guarde copias de sus informes médicos](#)
- [¿Puedo disminuir mi riesgo de que el cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales progrese o regrese?](#)
- [Cómo obtener apoyo emocional](#)
- [Cánceres posteriores al tratamiento](#)
- [Mantenerse saludables después del tratamiento contra el cáncer de cavidad nasal y de senos paranasales](#)

Para algunas personas con cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales, el final del tratamiento puede ser tan estresante, como emocionante. Tal vez sienta alivio de haber completado el tratamiento, pero es difícil no preocuparse por la reaparición del cáncer (recurrencia). Esta preocupación es muy común si usted ha tenido cáncer.

Para otras personas, puede que el cáncer nunca desaparezca por completo. Puede que algunas personas sigan recibiendo tratamiento de forma regular para intentar controlar el cáncer mientras sea posible. Aprender a vivir con un [cáncer que no desaparece](#)<sup>1</sup> puede ser difícil y muy estresante.

## **Pregunte a su médico acerca de un plan de atención para pacientes después del tratamiento**

Consulte con su doctor sobre el desarrollo de un plan de atención para después del tratamiento que sea adecuado para usted. Este plan puede incluir:

- Sugerir un calendario para pruebas y estudios de seguimiento
- Un calendario para otras pruebas que necesite en el futuro, tales como [pruebas de detección temprana](#)<sup>2</sup> para otros tipos de cáncer, o pruebas para identificar efectos a la salud a largo plazo debido a su cáncer o su tratamiento
- Una lista de posibles efectos secundarios tardíos o a largo plazo del tratamiento, que incluya a qué cosas prestar atención y cuándo debe comunicarse con su médico
- Recomendaciones de cosas que puede hacer para mejorar su salud e incluso quizás reducir la probabilidad de recurrencia de su cáncer, como sugerencias de alimentación y actividad física
- Recordatorios de sus citas con su médico de atención primaria, quien estará a cargo de atender su salud general

## Cuidados de seguimiento después del cáncer de cavidad nasal y de senos paranasales

Las personas con cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales corren riesgo de que el cáncer vuelva (una [recurrencia](#)<sup>3</sup>) y de desarrollar nuevos cánceres en otras partes del cuerpo, así que deben recibir atención de cerca después del tratamiento. Su equipo de atención oncológica le informará qué estudios debe realizarse y con qué frecuencia según el [tipo](#)<sup>4</sup> y la [etapa](#)<sup>5</sup> inicial del cáncer, como también el tipo de tratamiento que recibió y su respuesta a ese tratamiento.

Si ya ha finalizado todos sus tratamientos, es probable que le indiquen que deberá apegarse a un programa de revisiones médicas como parte de su seguimiento con su médico durante varios años. Es muy importante que acuda a todas sus citas de seguimiento con su médico. Durante estas visitas, le preguntarán si está teniendo algún problema y podrían hacerle exámenes, endoscopias, análisis de laboratorio o pruebas por imágenes para buscar signos de recurrencia del cáncer, buscar un nuevo cáncer o efectos secundarios asociados al tratamiento.

Casi todos los tratamientos contra el cáncer pueden causar efectos secundarios. Mientras que algunos duran poco tiempo y desaparecen tras algunos días o semanas, otros podrían perdurar mucho tiempo. Es posible que incluso algunos efectos secundarios no se presenten sino hasta años después de haber terminado el tratamiento. Las citas con el médico son una buena oportunidad para [hacer preguntas](#)<sup>6</sup> y conversar sobre cualquier cambio o problema que haya notado o cualquier inquietud que tenga.

No dude en informar inmediatamente al médico sobre cualquier problema nuevo que surja. Esto puede ayudar a su médico a encontrar el cáncer recurrente lo antes posible, cuando todavía es pequeño y más fácil de tratar.

### Consultas médicas y pruebas

Si no hay signos de cáncer, muchos médicos recomiendan hacerse una revisión física, endoscopia y algunas de las otras pruebas que se mencionan a continuación cada 3 a 6 meses durante los primeros años después del tratamiento y luego cada 6 a 12 meses durante los próximos años. Puede que las personas que fueron tratadas por cánceres en etapas iniciales vean al médico con menos frecuencia.

**Estudios por imágenes:** Se pueden utilizar radiografías de tórax y otros [estudios por imágenes](#)<sup>7</sup> para detectar una recurrencia o un nuevo tumor, en especial si usted presenta nuevos síntomas.

**Análisis de sangre:** Si recibió un tratamiento con radiación, esta podría haber dañado su glándula tiroidea. Seguramente necesitará análisis de sangre regularmente para controlar el funcionamiento de la tiroides.

**Exámenes dentales:** Las personas que reciben radiación también podrían presentar problemas de [resequedad bucal](#)<sup>8</sup> y formación de caries, así que generalmente se recomienda realizarse exámenes dentales.

**Rehabilitación del habla, la audición y la deglución:** Tanto la radiación como la cirugía pueden llevar a problemas de habla, audición y deglución. Estos problemas a menudo son evaluados y tratados por un terapeuta del habla después del tratamiento (vea debajo). También podría necesitar consultar con un audiólogo (un especialista en pérdida de la audición) para conversar sobre dispositivos, como audífonos, para mejorar su audición, en el caso de que haya experimentado cambios por el tratamiento.

**Seguimiento de nutrición:** Los cánceres de cavidad nasal y de senos paranasales y sus tratamientos pueden algunas veces causar problemas, como [dificultad para tragar](#)<sup>9</sup>, boca seca o incluso pérdida de dientes. Esto puede dificultar su alimentación, lo cual puede causar pérdida de peso y debilidad por una nutrición deficiente.

Después del tratamiento, es posible que no aumente de peso ni reponga sus reservas de proteínas tan bien como debería. Un equipo de médicos y nutricionistas puede asistirle con suplementos nutricionales e información sobre sus necesidades nutricionales particulares. Esto puede ayudar a mantener su peso y consumo nutricional. Algunas personas incluso necesitan una [sonda de alimentación](#)<sup>10</sup> en el estómago por un corto periodo de tiempo después del tratamiento.

**Dejar de fumar:** Si tuvo dificultades para dejar de fumar antes del tratamiento, puede que su médico le recomiende recibir consejería y algún medicamento para ayudarle. Es muy importante dejar de fumar, porque incluso las personas con cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales en etapas tempranas están en riesgo de tener un nuevo cáncer relacionado con el tabaquismo, si siguen fumando. Vea [Manténgase lejos del tabaco](#)<sup>11</sup> y llame al 1-800-227-2345 para recibir más información sobre dejar de fumar.

## **Mantenga un seguro de salud y guarde copias de sus informes médicos**

Aun después del tratamiento, es muy importante mantener un seguro médico. Las pruebas y las consultas médicas son costosas y, aunque nadie quiere pensar en el regreso de su cáncer, esto podría ocurrir.

En algún momento después del tratamiento del cáncer, es posible que usted tenga que consultar con otro médico que desconozca sus antecedentes médicos. Es importante que [guarde copias de sus informes médicos](#)<sup>12</sup> para que proporcione a su nuevo médico los detalles de su diagnóstico y tratamiento.

## ¿Puedo disminuir mi riesgo de que el cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales progrese o regrese?

Si usted tiene (o ha tenido) cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales, probablemente quiera saber si hay medidas que pueda tomar para reducir el riesgo de que el cáncer crezca o vuelva a aparecer, como hacer ejercicio, comer cierto tipo de alimentos o tomar suplementos nutricionales.

**Deje de fumar:** Fumar durante el tratamiento contra el cáncer puede reducir el beneficio del tratamiento y aumentar el riesgo de que el cáncer regrese (recurrencia). Fumar después del tratamiento también puede aumentar el riesgo de desarrollar un nuevo cáncer relacionado con el tabaquismo (vea Segundos cánceres debajo). **Dejar de fumar para siempre (antes de comenzar el tratamiento, de ser posible) es la mejor manera de aumentar sus probabilidades de supervivencia.** Nunca es tarde para abandonar el hábito.

Posiblemente ayude el adoptar comportamientos saludables, tales como [una buena alimentación](#)<sup>13</sup>, [ejercitarse de forma habitual](#)<sup>14</sup> y [mantener un peso saludable](#)<sup>15</sup>, aunque nadie lo sabe con certeza. No obstante, sí sabemos que estos tipos de cambios de estilo de vida pueden tener efectos positivos en su salud, los cuales pueden ayudar a disminuir su riesgo de cáncer de cavidad nasal o de senos paranasales u otros cánceres.

### Suplementos alimenticios

Hasta el momento, ningún [suplemento dietético](#)<sup>16</sup> (incluyendo vitaminas, minerales y



- [Sarcoma de tejidos blandos](#)<sup>23</sup>

**La mayoría de estos cánceres están asociados al uso de tabaco (como fumar y masticar tabaco).**

## **Mantenerse saludables después del tratamiento contra el cáncer de cavidad nasal y de senos paranasales**

Después de completar el tratamiento contra el cáncer de cavidad nasal y de senos paranasales, aún debe consultar a su médico con regularidad. Su médico puede ordenar exámenes para identificar signos de que el cáncer ha regresado o se ha propagado. Estos exámenes también son útiles en la búsqueda de algunos cánceres secundarios, particularmente un nuevo cáncer de pulmón o cáncer de boca o de garganta. Los expertos no recomiendan ningún otro examen para detectar cánceres secundarios en pacientes que no presentan síntomas. Informe a su médico acerca de cualquier nuevo problema o síntoma, ya que podría deberse a que el cáncer está regresando, a una nueva enfermedad o a otro cáncer.

Los sobrevivientes del cáncer de cavidad nasal y de senos paranasales deben seguir las [Guías sobre la detección temprana del cáncer de la American Cancer Society](#)<sup>24</sup> y evitar los productos de tabaco. Fumar aumenta el riesgo de padecer ciertos tipos de cáncer secundarios, así como otros problemas de salud.

Para ayudar a mantener una buena salud, las personas que han padecido cáncer también deben:

- Lograr y mantener un peso saludable
- Mantenerse [físicamente activos](#)<sup>25</sup> y limitar el tiempo que pasan sentados o acostados
- Seguir un [patrón de alimentación saludable](#)<sup>26</sup> que incluya muchas frutas, verduras y granos integrales y limite o evite el consumo de carnes rojas y procesadas, así como de el de bebidas endulzadas con azúcar y alimentos altamente procesados
- No beber [alcohol](#)<sup>27</sup>. En caso de hacerlo, las mujeres deberán no tomar más de una (1) bebida por día, o dos (2) bebidas por día para los hombres

Estas medidas también podrían reducir el riesgo de algunos cánceres y otros problemas de salud.

Vea [Segundos cánceres en adultos](#)<sup>28</sup> para conocer más.

## Hyperlinks

1. [www.cancer.org/es/cancer/survivorship/long-term-health-concerns/cancer-as-a-chronic-illness.html](http://www.cancer.org/es/cancer/survivorship/long-term-health-concerns/cancer-as-a-chronic-illness.html)
2. [www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion/guias-de-la-sociedad-americana-contras-el-cancer-para-la-deteccion-temprana-del-cancer.html](http://www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion/guias-de-la-sociedad-americana-contras-el-cancer-para-la-deteccion-temprana-del-cancer.html)
3. [www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/recurrencia-del-cancer.html](http://www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/recurrencia-del-cancer.html)
4. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/acerca/que-son-estos-canceres.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/acerca/que-son-estos-canceres.html)
5. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/deteccion-temprana-diagnostico-y-etapas/etapas.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/deteccion-temprana-diagnostico-y-etapas/etapas.html)
6. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/deteccion-temprana-diagnostico-y-etapas/preguntas-para-el-medico.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/deteccion-temprana-diagnostico-y-etapas/preguntas-para-el-medico.html)
7. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/deteccion-temprana-diagnostico-y-etapas/pruebas.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/deteccion-temprana-diagnostico-y-etapas/pruebas.html)
8. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/problemas-alimentarios/resequedad-de-la-boca.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/problemas-alimentarios/resequedad-de-la-boca.html)
9. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/problemas-alimentarios/problemas-de-deglucion.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/problemas-alimentarios/problemas-de-deglucion.html)
10. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/tratamiento/cirugia.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/tratamiento/cirugia.html)
11. [www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco.html](http://www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco.html)
12. [www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/guarde-copias-de-los-informes-medicos-importantes.html](http://www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/guarde-copias-de-los-informes-medicos-importantes.html)
13. [www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/alimentacion-y-actividad-fisica.html](http://www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/alimentacion-y-actividad-fisica.html)
14. [www.cancer.org/es/cancer/risk-prevention/diet-physical-activity/get-active.html](http://www.cancer.org/es/cancer/risk-prevention/diet-physical-activity/get-active.html)
15. [www.cancer.org/es/cancer/risk-prevention/diet-physical-activity/take-control-your-weight.html](http://www.cancer.org/es/cancer/risk-prevention/diet-physical-activity/take-control-your-weight.html)
16. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/medicina-complementaria-e-integral/suplementos-alimenticios..html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/medicina-complementaria-e-integral/suplementos-alimenticios..html)
17. [www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/tratamiento/tratamiento-segun-la-etapa.html](http://www.cancer.org/es/cancer/tipos/Cancer-de-cavidad-nasal-y-de-senos-paranasales/tratamiento/tratamiento-segun-la-etapa.html)





in Oncology: Head and Neck Cancers. V.2.2020 – June 09, 2020. Accessed at [www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/head-and-neck.pdf](http://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/head-and-neck.pdf) on November 12, 2020.

National Comprehensive Cancer Network (NCCN). NCCN Clinical Practice Guidelines in Oncology: Smoking Cessation. V.1.2020. Accessed at [https://www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/smoking.pdf](https://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/smoking.pdf) on November 12, 2020.

Rock CL, Thomson C, Gansler T, et al. American Cancer Society guideline for diet and physical activity for cancer prevention. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*. 2020;70(4). doi:10.3322/caac.21591. Accessed at <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.3322/caac.21591> on June 9, 2020.

Actualización más reciente: abril 19, 2021

## Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la American Cancer Society (<https://www.cancer.org/es/cancer/contenido-medico-y-de-salud-en-cancer-org.html>)

29

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

La información médica de la American Cancer Society está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor refiérase a nuestra Política de Uso de Contenido [www.cancer.org/about-us/p5 y7 de Contenido](http://www.cancer.org/about-us/p5-y7-de-contenido)