



"El viaje del cáncer es complejo, aterrador e impredecible para todos, especialmente para los más cercanos", dijo la princesa en un video.

La princesa de Gales anunció este lunes que completó su tratamiento:

Terminar una quimioterapia es el inicio de un proceso de rehabilitación

Tal como explicó Kate Middleton, el camino a la recuperación es largo. Este incluye un seguimiento de alrededor de cinco años, con consultas médicas y exámenes.

ANNA NADOR

La princesa de Gales Kate Middleton (42) anunció este lunes que completó su quimioterapia —por un tipo de cáncer no revelado hasta ahora—, y que volverá a algunas funciones públicas en los próximos meses, pero con una baja intensidad. "No puedo expresar el alivio que siento tras finalizar, por fin, mi tratamiento de quimioterapia", dijo en un video publicado en sus redes sociales.

Sin embargo, agregó: "Aunque he terminado la quimioterapia, mi camino hacia la curación y la recuperación total es largo y debo seguir tomando cada día como viene". Como en su caso, terminar una terapia contra el cáncer no significa dejar atrás exámenes, mé-

cos, hospitales y tratamientos.

De acuerdo con Laura Itriago, jefa de oncología de la Clínica Universidad de los Andes, "una vez que un paciente completa su tratamiento con intención curativa, lo que viene es un período de seguimiento de un promedio de cinco años, que contempla visitas con los distintos participantes del equipo, por ejemplo, su oncólogo, con intervalos de tiempo que varían de acuerdo al tipo de cáncer".

Se realizan diversos exámenes, de sangre y por imágenes, que permiten evaluar si hay recurrencia del cáncer. De esta forma, señala José Miguel Bernucci, director de Prevención y Detección Precoz del Instituto Oncológico FALP (Fundación Arturo López Pérez), "los equipos oncológicos van

viendo la necesidad de mantener solamente el seguimiento o de agregar o combinar tratamientos en caso de que haya reaparición".

Al mismo tiempo, el oncólogo que hizo el tratamiento debe evaluar si hay algún efecto secundario, asociado a la quimioterapia, y en los controles posteriores se va vigilando que esto desaparezca, agrega Itriago. "Hay quimioterapias que pueden tener toxicidades cardíacas. Entonces, a esos pacientes hay que hacerle ecocardiograma y electrocardiograma repetidamente en el seguimiento", ejemplifica.

En este tiempo, también se debería continuar con la evaluación psicológica, para no solo ayudarlos con la reinserción laboral y social, sino también con los miedos

que puedan surgir a partir del fin de la quimioterapia, señalan los expertos. "Se trata de que el paciente vuelva a tener confianza y a estar tranquilo, lo que no significa que se despreocupe", indica Itriago.

Otra acción clave es seguir un estilo de vida saludable, que disminuye los riesgos de cáncer, dice. Esto implica mantener "una alimentación sana: alta en frutas, verduras y fibra, como también evitar las grasas y las comidas muy procesadas. También hay que realizar actividad física regular, tres o más veces por semana; no fumar; evitar el alcohol; usar el bloqueador solar y hacerse los chequeos preventivos no solo de su enfermedad, sino por cualquier otro cáncer".