

**RAGMA**  
**23** 16ª Revisión Anual  
**GEICAM** de Avances  
en Cáncer de Mama

*Realidades y esperanzas*

# Tratamientos de soporte, calidad de vida y supervivencia a largo plazo

Lucía González-Cortijo  
*Hospital Universitario Quironsalud. Madrid*

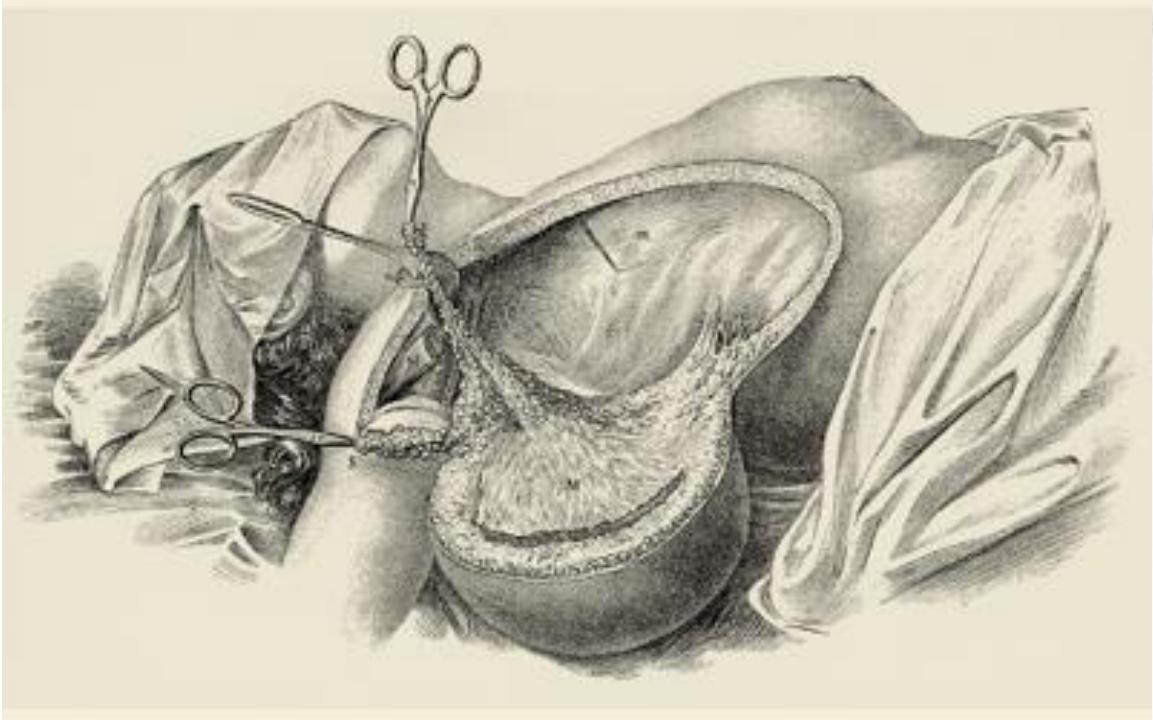
Organizado por:

**GEICAM**  
investigación en  
cáncer de mama

¿De dónde venimos...?



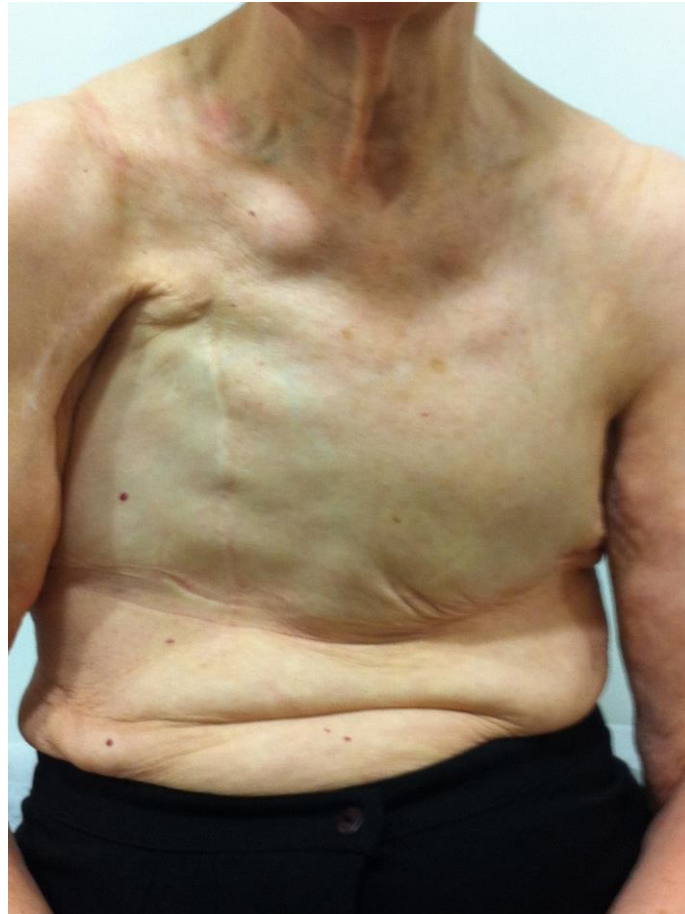
Medieval surgeons attacked cancer using primitive surgical methods. Johannes Scultetus (1595–1645) describes a mastectomy, the surgical removal of breast cancer, using fire, acid and leather bindings.



The Emperor of All Maladies: a biography of cancer.  
Siddharta Mukherjee. Simon & Schuster, 2010

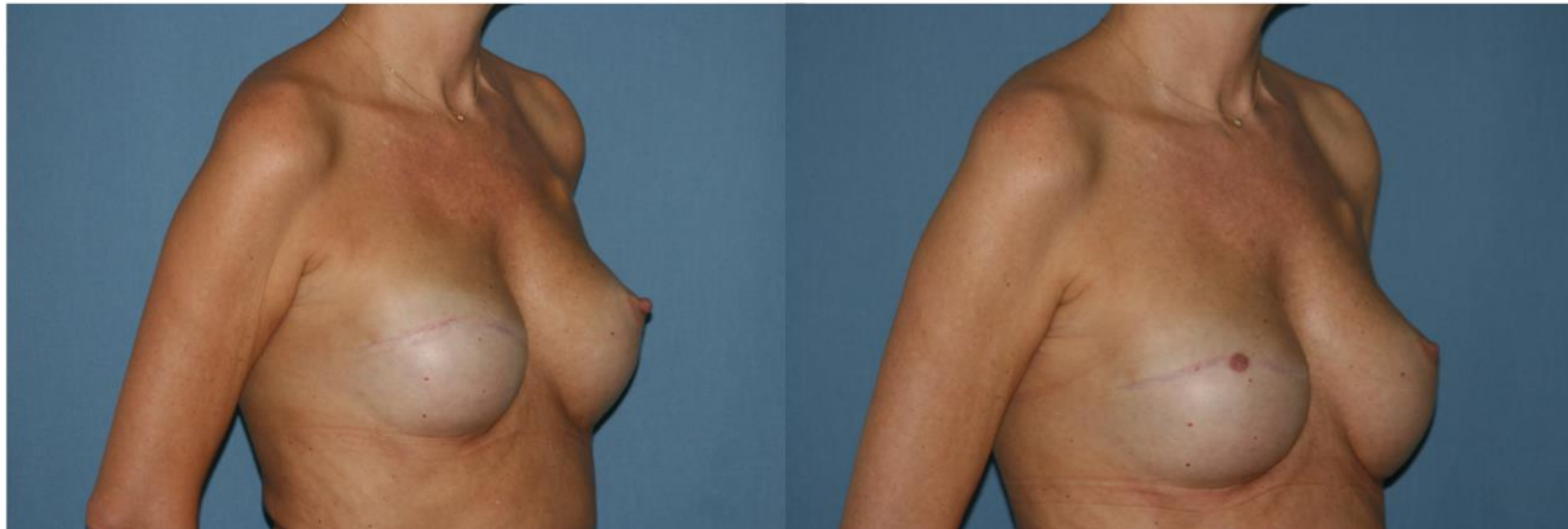
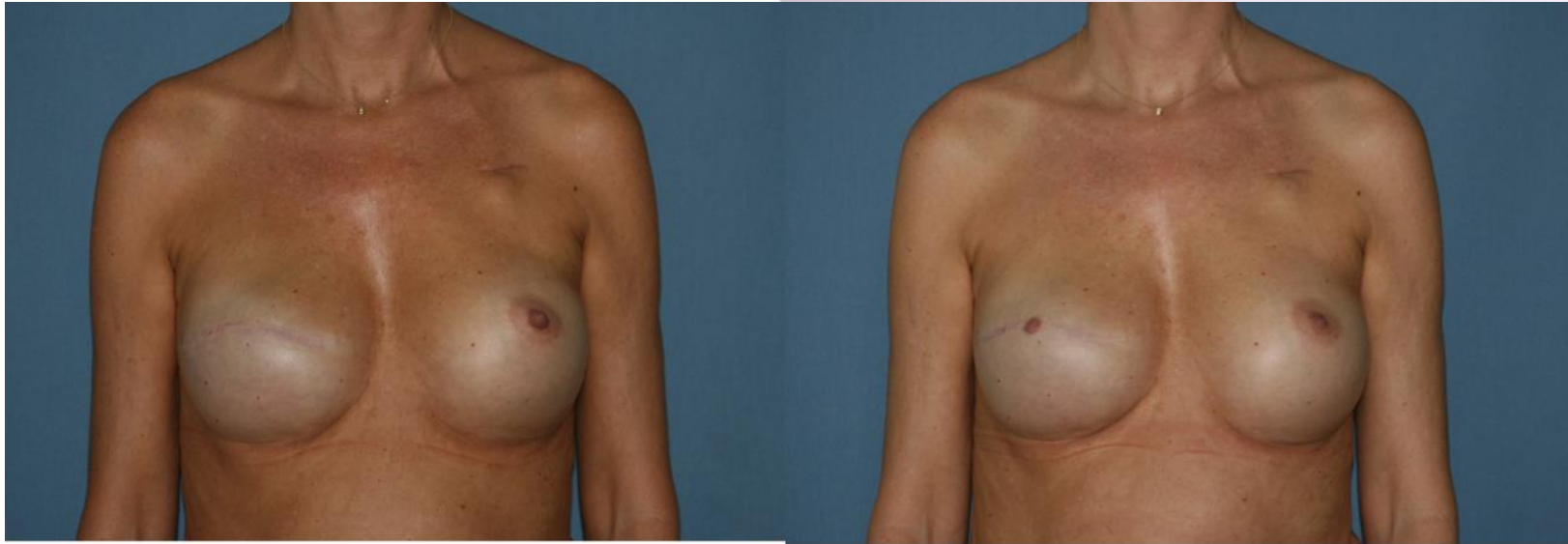


# Mastectomía tipo Halsted

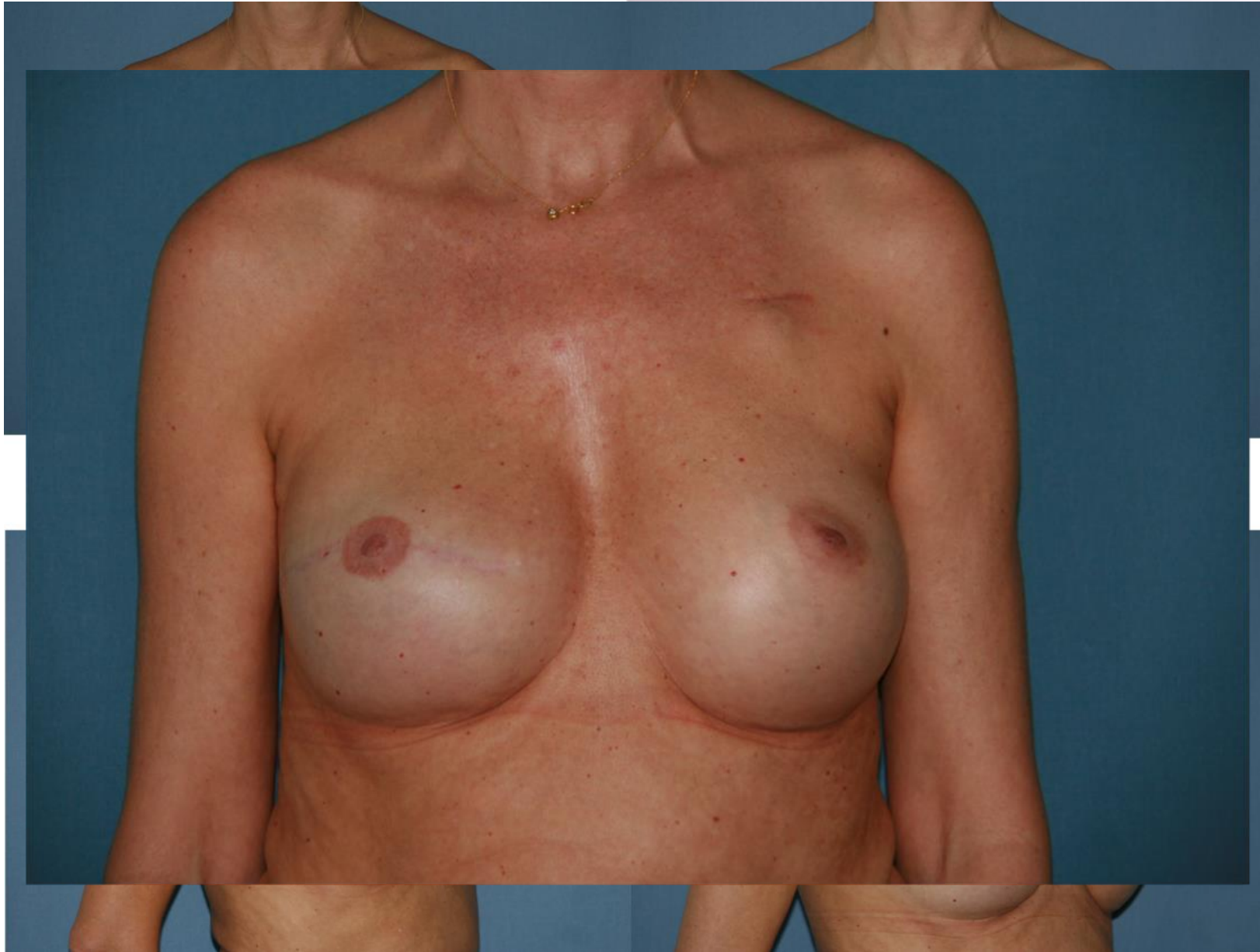


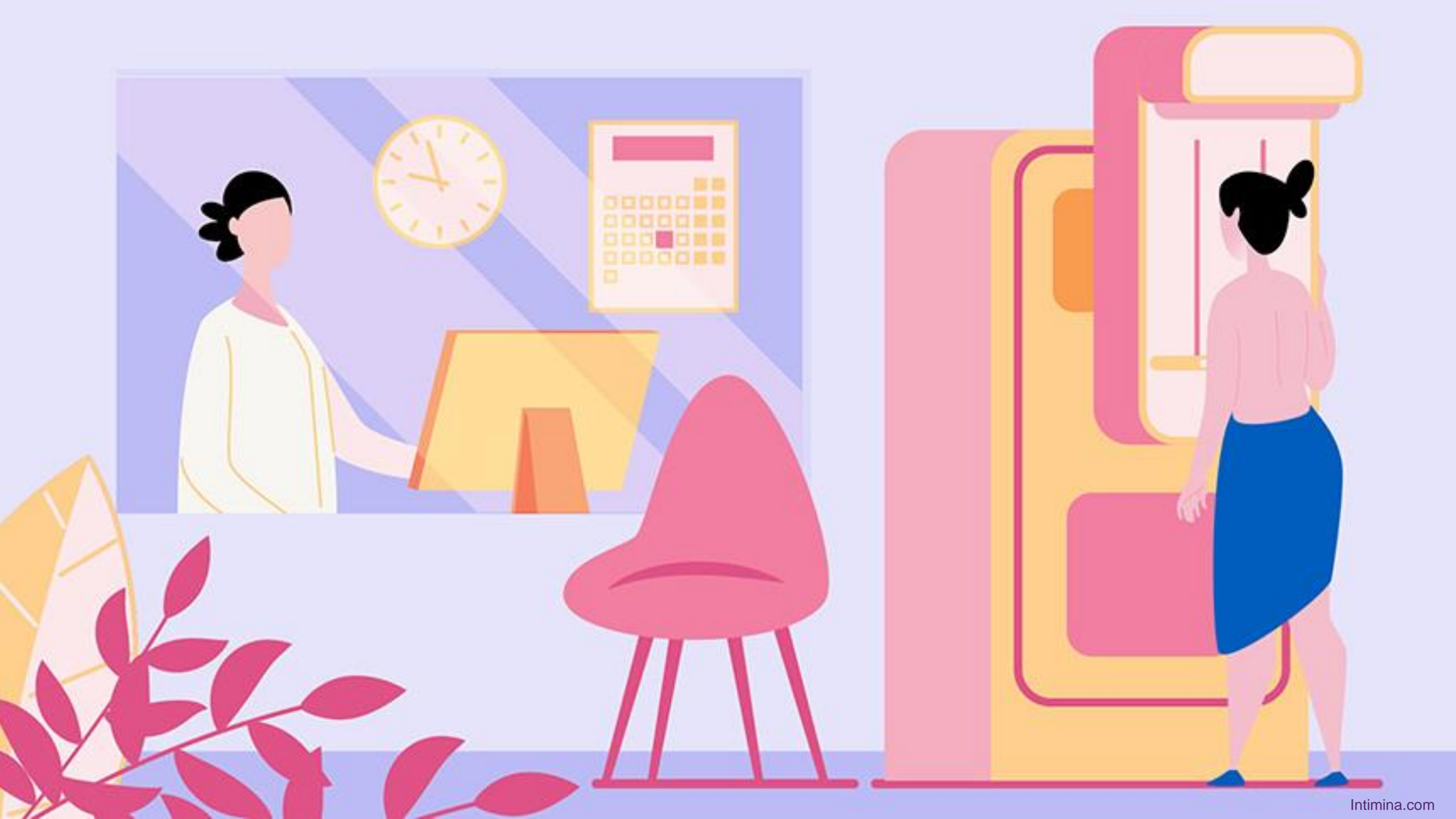


¿Dónde estamos?











emf

edinburgh  
marathon  
festival

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf

emf emf emf emf



emf

edinburgh  
marathon  
festival

emf

edinburgh  
marathon  
festival

emf

edinburgh  
marathon  
festival

emf

edinburgh  
marathon  
festival

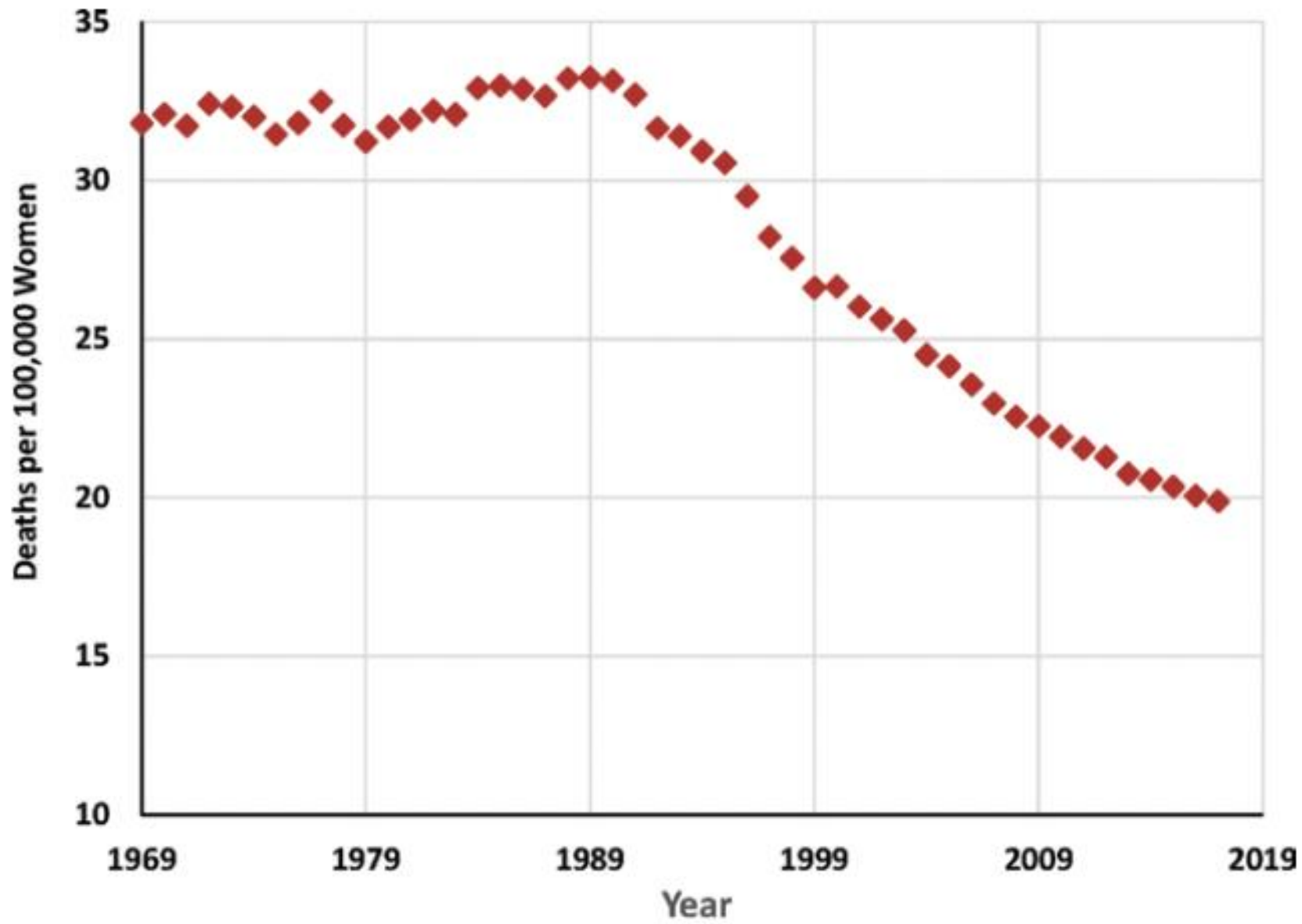
emf  
39154  
SARA

emf  
39064  
ESTER

emf  
39061  
ELENA

emf  
39138  
NURIA

emf  
41938  
SILVIA



U.S. female aged-adjusted breast cancer mortality rates per 100.000 women









# EJERCICIO FÍSICO



- **CONDICIÓN FÍSICA:** capacidad que permite a las personas hacer sus tareas diarias habituales, disfrutar del tiempo libre activo y afrontar las emergencias imprevistas sin fatiga excesiva
- **ACTIVIDAD FÍSICA (AF):** cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que den como resultado un gasto energético (trabajar, levantarse, caminar, bailar)
- **EJERCICIO FÍSICO:** actividad física planeada, estructurada, repetitiva y dirigida, con el objetivo de mejorar o mantener uno o varios de los componentes de la aptitud física (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad)

- **CONDICIÓN FÍSICA:** capacidad que permite a las personas hacer sus tareas diarias habituales, disfrutar del tiempo libre activo y afrontar las emergencias imprevistas sin fatiga excesiva
- **ACTIVIDAD FÍSICA (AF):** cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que den como resultado un gasto energético (trabajar, levantarse, caminar, bailar)
- **EJERCICIO FÍSICO:** actividad física planeada, estructurada, repetitiva y dirigida, con el objetivo de mejorar o mantener uno o varios de los componentes de la aptitud física (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad)

- **CONDICIÓN FÍSICA:** capacidad que permite a las personas hacer sus tareas diarias habituales, disfrutar del tiempo libre activo y afrontar las emergencias imprevistas sin fatiga excesiva
- **ACTIVIDAD FÍSICA (AF):** cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que den como resultado un gasto energético (trabajar, levantarse, caminar, bailar)
- **EJERCICIO FÍSICO:** actividad física planeada, estructurada, repetitiva y dirigida, con el objetivo de mejorar o mantener uno o varios de los componentes de la aptitud física (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad)

# EJERCICIO AERÓBICO

Ejercicio que implica la utilización de grandes grupos musculares para la realización de una actividad física que se suele practicar a niveles moderados de intensidad durante periodos de tiempo largos (caminar, correr, pedalear)



# EJERCICIO DE FUERZA (ANAERÓBICO)

Ejercicios que implican a determinados grupos musculares, dirigidos a su fortalecimiento.

El metabolismo se desarrolla en los músculos y sus reservas de energía.

En pacientes debe ser supervisado y controlado



# EJERCICIO DE FLEXIBILIDAD

Ejercicios para la amplitud de movimiento o de estiramiento que mantienen la elasticidad de los músculos y la libertad de movimiento de las articulaciones.



# RECOMENDACIONES OMS POBLACIÓN GENERAL

- 150 minutos a la semana de actividades aeróbicas de intensidad moderada
- 75 minutos a la semana de actividades aeróbicas más intensas (o una combinación de ambas modalidades)
- Ejercicios de fortalecimiento o tonificación (por ejemplo, trabajo en gimnasio) al menos dos días por semana.



# RECOMENDACIONES OMS POBLACIÓN GENERAL

- Actividad moderada: 3-6 METs (caminar a paso ligero)
- Actividad intensa: a partir de 6-8 METs (trotar, bici,...).  
Idealmente 10-11 METs

MET: metabolic equivalents, siendo 1 MET el gasto metabólico en reposo),



**EJERCICIO FÍSICO Y  
PREVENCIÓN DEL CÁNCER:  
EVIDENCIA EPIDEMIOLÓGICA**

# AF/EJERCICIO FÍSICO

- Disminución de riesgo de padecer un cáncer (hasta 40% en deportistas de élite)
- Especialmente cáncer de mama (12%) y cáncer de colon (9%)
- Dosis-respuesta (> 20 METs-hora/semana)



Original Investigation

## Association of Leisure-Time Physical Activity With Risk of 26 Types of Cancer in 1.44 Million Adults

Steven C. Moore, PhD, MPH; I-Min Lee, MBBS, ScD; Elisabete Weiderpass, PhD; Peter T. Campbell, PhD; Joshua N. Sampson, PhD; Cari M. Kitahara, PhD; Sarah K. Keadle, PhD, MPH; Hannah Arem, PhD; Amy Berrington de Gonzalez, DPhil; Patricia Hartge, ScD; Hans-Olov Adami, MD, PhD; Cindy K. Blair, PhD; Kristin B. Borch, PhD; Eric Boyd, BS; David P. Check, BS; Agnès Fournier, PhD; Neal D. Freedman, PhD; Marc Gunter, PhD; Mattias Johansson, PhD; Kay-Tee Khaw, MD, MSc, PhD; Martha S. Linet, MD; Nicola Orsini, PhD; Yikyung Park, ScD; Elio Riboli, MD; Kim Robien, PhD; Catherine Schairer, PhD; Howard Sesso, ScD, MPH; Michael Spriggs, BS; Roy Van Dusen, MS; Alicja Wolk, DMSc; Charles E. Matthews, PhD; Alpa V. Patel, PhD

- Estudio prospectivo de cohortes Europa y USA
- AF moderada-intensa se asocia a menor riesgo de desarrollar 10 tipos de cáncer
- Independiente de otros factores de riesgo como obesidad y tabaco (excepto cáncer de pulmón).

# AF Y PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE MAMA

- Dosis-respuesta en postmenopausia (> 20 METs/semana)
- Actividad intensa en premenopausia (¿?)
- ↓ 5% por cada 6 METs-hora/semana (12% en nulíparas)



# AF/EJERCICIO FÍSICO EN EL PACIENTE CON CÁNCER

# EJERCICIO FÍSICO Y CÁNCER

- 10 días en cama disminuyen 12% capacidad aeróbica/funcional
- Inmovilidad causa pérdida de masa muscular y como consecuencia atrofia y falta de resistencia muscular

# EJERCICIO FÍSICO Y CÁNCER

- 10 días en cama disminuyen 12% capacidad

**FATIGA**

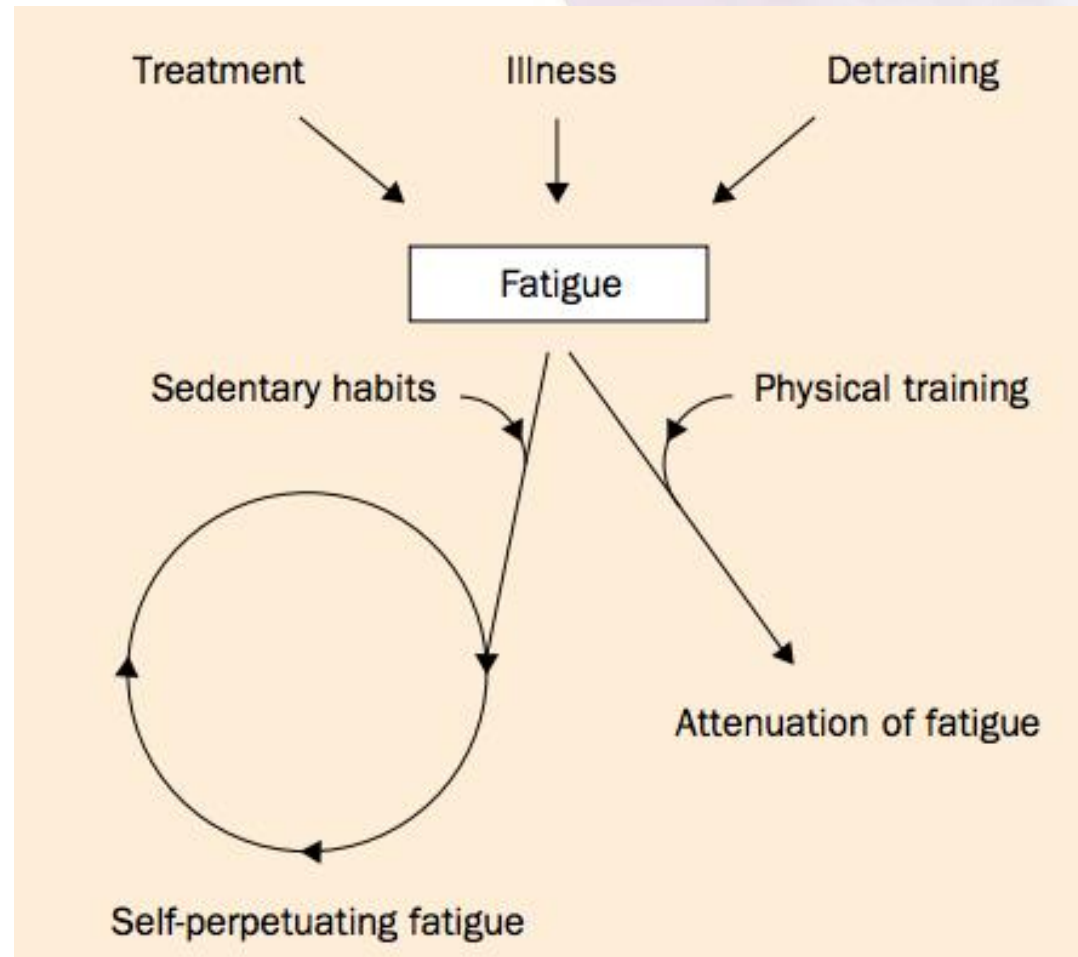
muscular



# FATIGA

- La fatiga disminuye la calidad de vida de los pacientes, impidiéndoles realizar sus actividades cotidianas y empeorando el dolor, las náuseas y la disnea asociadas a la enfermedad
- El 70% de los pacientes con cáncer presentan fatiga durante los ciclos de QT y la RT y un 30% sienten fatiga años después de finalizado el tratamiento.

# EJERCICIO FÍSICO Y CÁNCER



# The Effect of Exercise on the Growth of a Mouse Tumor\*

H. P. Rusch, M.D., and B. E. Kline, M.S.

*(From the McArdle Memorial Laboratory, University of Wisconsin, Medical School, Madison, Wisconsin)*

*(Received for publication September 13, 1943)*

## MOUSE FIBROSARCOMA

	Size of tumor, length × width × depth in cm.		
	2 wk.	3 wk.	4 wk.
Ejercicio	0.58	1.41	3.21
Control	0.43	0.97	2.42

↓ 25%

# The Effect of Exercise on the Growth of a Mouse Tumor\*

H. P. Rusch, M.D., and B. E. Kline, M.S.

*(From the McArdle Memorial Laboratory, University of Wisconsin, Medical School, Madison, Wisconsin)*

*(Received for publication September 13, 1943)*

## MOUSE FIBROSARCOMA

	Size of tumor, length × width × depth in cm.		
	2 wk.	3 wk.	4 wk.
Ejercicio	0.58	1.41	3.21
Control	0.43	0.97	2.42

↓ 25%

EFFECTS OF A BICYCLE ERGOMETRY PROGRAM  
ON FUNCTIONAL CAPACITY AND FEELINGS  
OF CONTROL IN WOMEN WITH  
BREAST CANCER  
DISSERTATION

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for  
the Degree Doctor of Philosophy in the Graduate  
School of The Ohio State University

By  
Marylynne Winningham, B.A., M.A.

\* \* \* \* \*

The Ohio State University  
1983

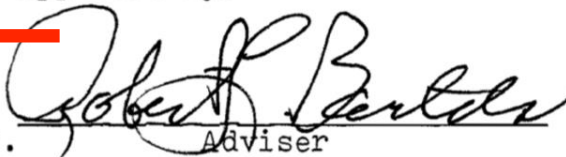
Reading Committee:

Robert L. Bartels, Ph.D.  
Adviser and Chairman

Mary G. MacVicar, Ph.D., R.N.

Timothy E. Kirby, Ph.D.

Approved By:

  
Adviser  
School of Health,  
Physical Education and  
Recreation  
Division of Sports Science  
and Special Populations

- Primer estudio randomizado
- Ca mama tratamiento adyuvante
- Mejoría fisiológica
- Mejor control de síntomas

## Physical Activity and Survival After Breast Cancer Diagnosis

Michelle D. Holmes, MD, DrPH

Wendy Y. Chen, MD

Diane Feskanich, ScD

Candyce H. Kroenke, ScD

Graham A. Colditz, MD, DrPH

- *Nurses Health Study*
- 100.000 mujeres sanas
- Cohorte 4484 cáncer de mama (2987 análisis final)

El cumplimiento de las recomendaciones mínimas de AF tras un diagnóstico de cáncer de mama (3-5 horas caminar rápido) disminuye 20% el riesgo de mortalidad global y cáncer-específica

Clinical trial | Published: 23 October 2017

## Exercise following breast cancer: exploratory survival analyses of two randomised, controlled trials

[S. C. Hayes](#) , [M. L. Steele](#), [R. R. Spence](#), [L. Gordon](#), [D. Battistutta](#), [J. Bashford](#), [C. Pyke](#), [C. Saunders](#) & [E. Eakin](#)

- 337 pacientes cáncer de mama
- 8 meses de ejercicio aeróbico y de fuerza tras la cirugía
- SG 95% grupos ejercicio vs 89% grupo control (p 0.04)
- SLP 90 vs 83% (p 0.07)

The background features a large, light purple triangle on the right side, which overlaps a white background. A dandelion seed head is visible in the upper right corner, with its seeds blowing away. The text is centered in a bold, dark purple font.

# **MECANISMOS MOLECULARES: EJERCICIO Y CÁNCER**



# EJERCICIO FÍSICO

- Disminuye la expresión de oncogenes
- Disminuye el nivel de hormonas sexuales circulantes
- Induce pathways de “antioxidación”

# EJERCICIO FÍSICO

COMBATE DIFERENTES CONDICIONES METABÓLICAS

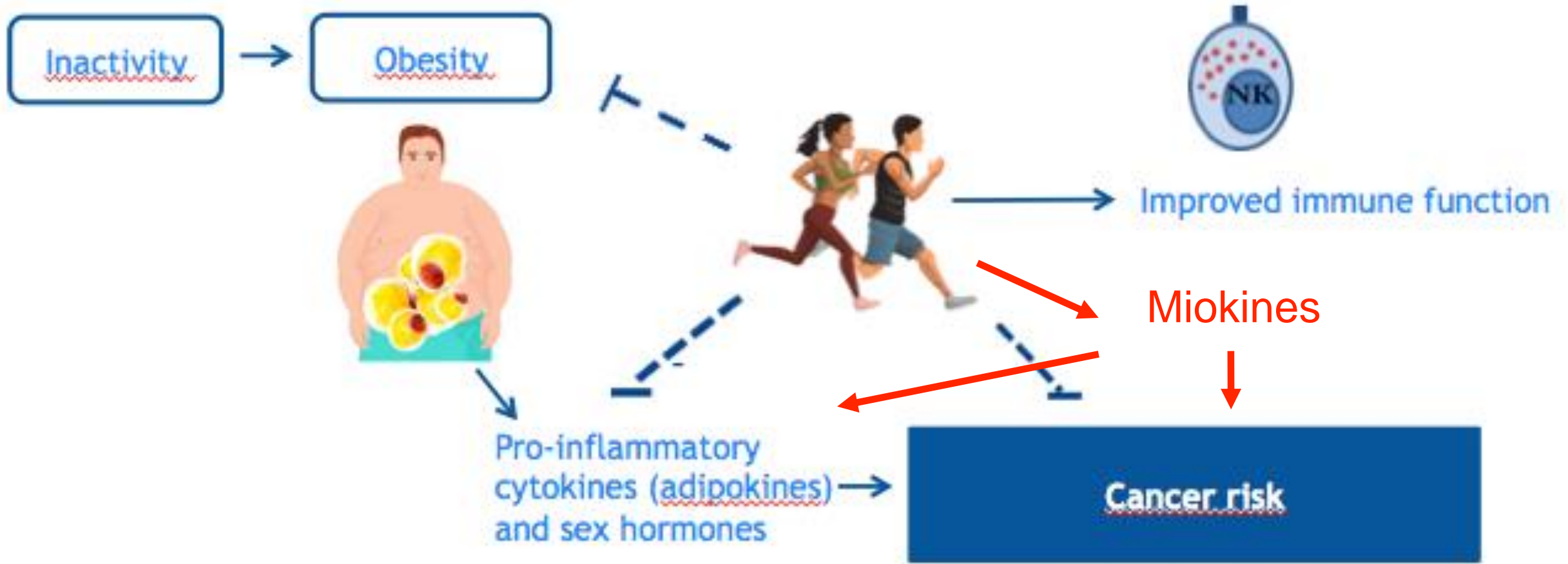
- Adiposidad
- Inflamación crónica
- Resistencia a la insulina

# EJERCICIO FÍSICO

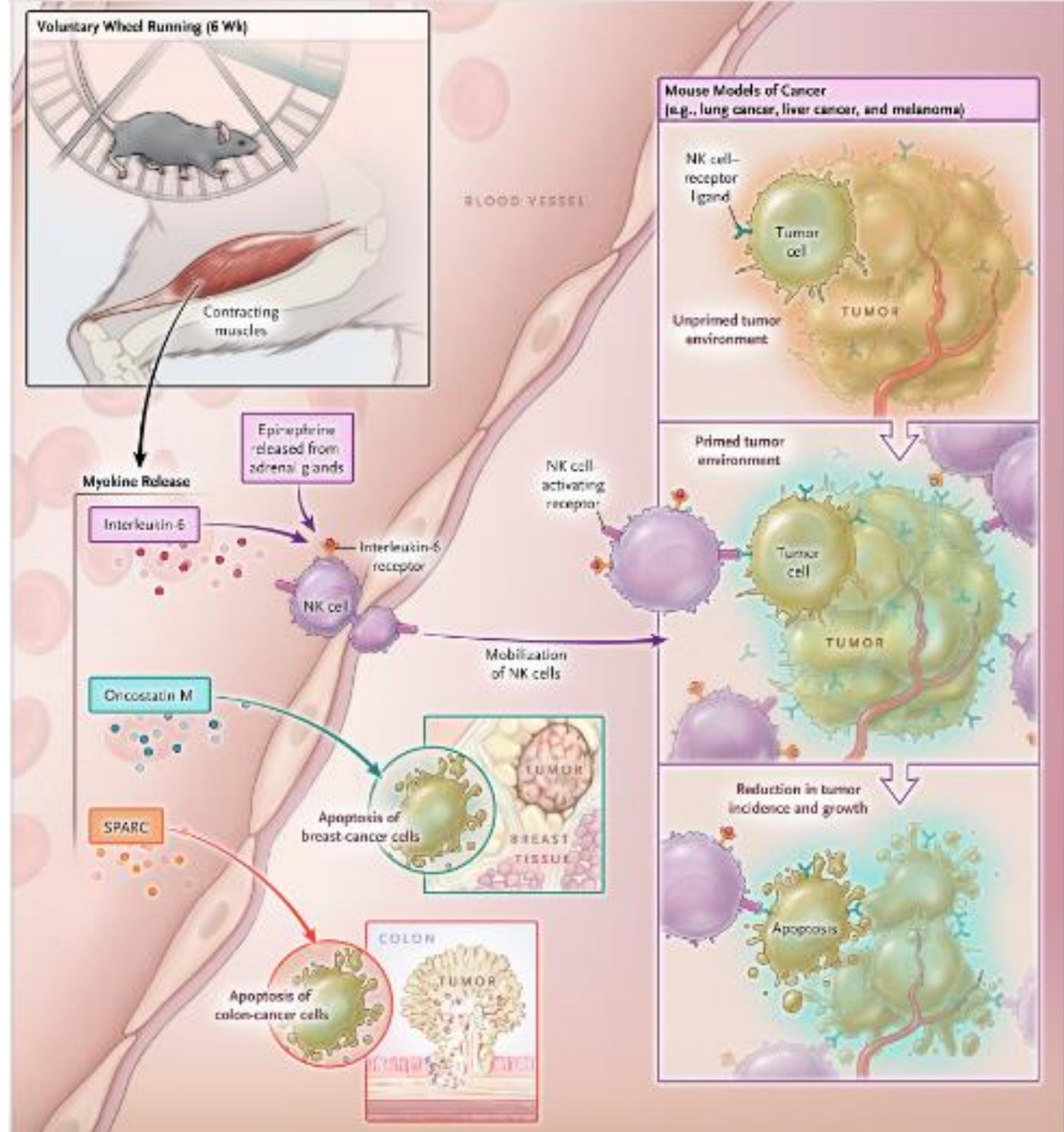
COMBATE DIFERENTES CONDICIONES METABÓLICAS

- Adiposidad
- Inflamación crónica
- Resistencia a la insulina

RELACIONADOS  
CON  
CANCER



# MIOQUINAS Y CÁNCER



CLINICAL IMPLICATIONS OF BASIC RESEARCH

Elizabeth G. Phimister, Ph.D., *Editor*

## **Muscling In on Cancer**

Alejandro Lucia, M.D., Ph.D., and Manuel Ramírez, M.D., Ph.D.

**El músculo como órgano endocrino**

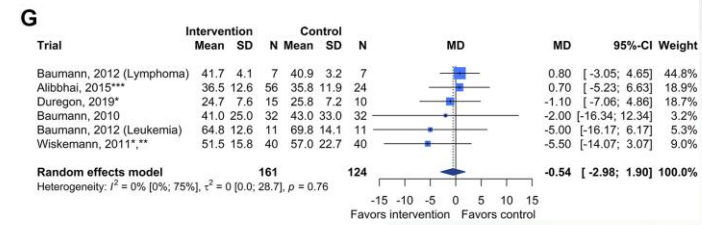
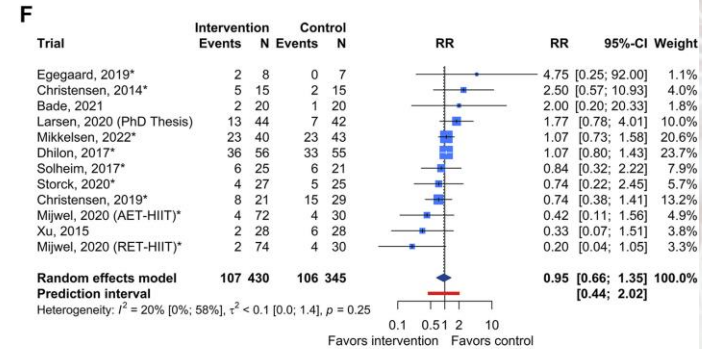
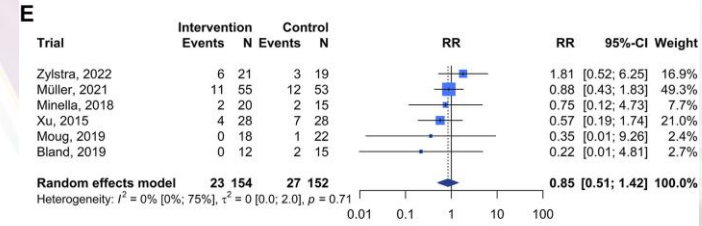
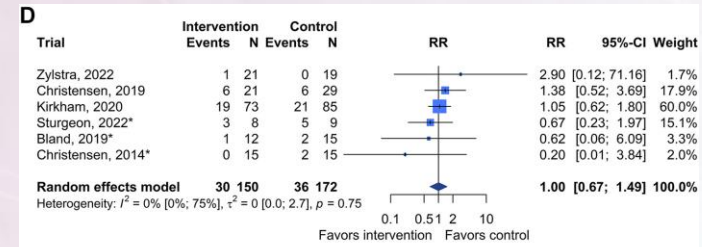
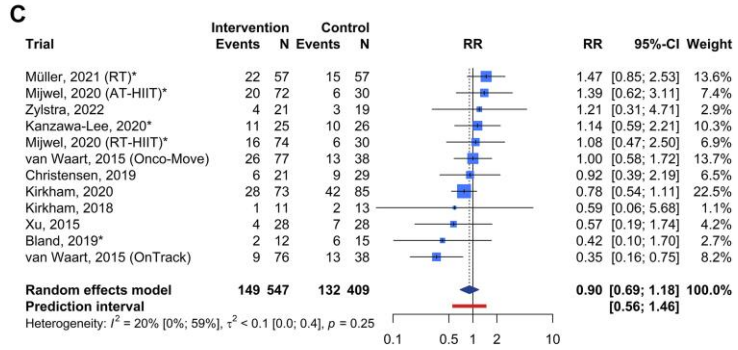
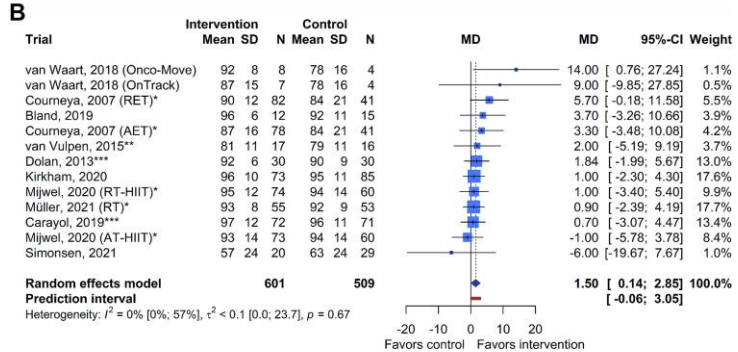
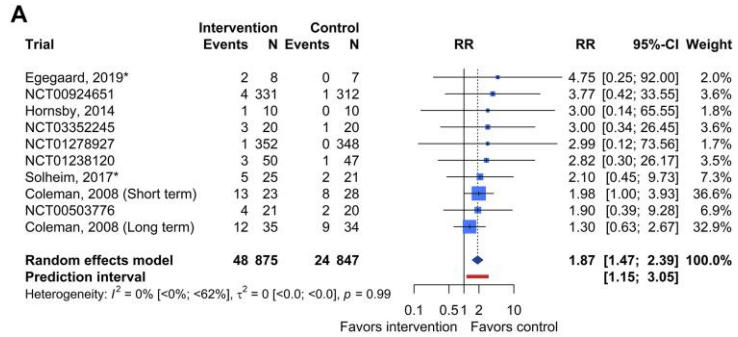
# eClinicalMedicine

Part of THE LANCET *Discovery Science*

ARTICLES | [VOLUME 59, 101937, MAY 2023](#)

## Harms of exercise training in patients with cancer undergoing systemic treatment: a systematic review and meta-analysis of published and unpublished controlled trials

[Simon N. Thomsen](#) • [Ian M. Lahart](#) • [Laura M. Thomsen](#) • [Martin K. Fridh](#) • [Anders Larsen](#) • [Morten Mau-Sørensen](#) •  
et al. [Show all authors](#)





# CONCERNS

- 12.000 participants
- 129 controlled trials
- Poor adverse events reported
- Very low certainty of evidence
- Unpublished data

# CONCERNS

- 12.000 participants
- 129 controlled trials
- Poor adverse events reported
- Very low certainty of evidence
- Unpublished data **Increased risks of adverse events!!**

# eClinicalMedicine

Part of THE LANCET *Discovery Science*

Insufficient data on harms to perform evidence-based risk-benefit analysis of structured exercise prescriptions in patients with cancer receiving systemic treatments



# **EJERCICIO FÍSICO: RECOMENDACIONES ACTUALES**

# EJERCICIO FÍSICO: ¿Cuánto y cómo?



# EJERCICIO FÍSICO: ¿Cuánto y cómo?

Incorporar actividad física a la rutina diaria:  
2-5 sesiones a la semana.

# EJERCICIO FÍSICO: ¿Cuánto y cómo?

Incorporar actividad física a la rutina diaria:  
2-5 sesiones a la semana.

Si es posible a diario

# EJERCICIO FÍSICO: ¿Cuánto y cómo?





# EJERCICIO FÍSICO: ¿Cuánto y cómo?

**¡¡¡LA IMPORTANCIA DEL EJERCICIO DE FUERZA!!!**

<b>AERÓBICO</b>	<b>FUERZA</b>	<b>AERÓBICO y FUERZA</b>
<p>Mejoría de la ansiedad</p> <p>Mejoría de los síntomas de depresión</p> <p>Mejor calidad de vida</p> <p>Menos fatiga</p> <p>Mejor percepción de la función física</p>	<p>Menos fatiga</p> <p>Mejor calidad de vida</p> <p>No riesgo de empeoramiento del linfedema</p> <p>Mejor percepción de la función física</p>	<p>Mejoría de la ansiedad</p> <p>Mejoría de los síntomas de depresión</p> <p>Mejor calidad de vida</p> <p>Menos fatiga</p> <p>Mejor percepción de la función física</p>

# EJERCICIO AERÓBICO

Al menos 3 días/semana  
Mínimo 20-30 minutos

Utilizaremos la FC como indicador de esfuerzo.  
Siempre hay que  
hacer una prueba de esfuerzo antes.  
Lo ideal es trabajar al 60-70% de la FCmáx



# EJERCICIO DE FUERZA (ANAERÓBICO)

Al menos 2 días/semana  
Normalmente entre 8-12 ejercicios  
15-20 minutos



Progresivo, en función de la actividad previa del paciente.  
Mínimo dos tandas de 8 a 15 repeticiones,  
al menos a un 60% de intensidad del máximo de una repetición

# EJERCICIO DE FLEXIBILIDAD

5-10 minutos al finalizar la sesión



# DIETA



# ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR

## *The* NEW ENGLAND JOURNAL *of* MEDICINE

ESTABLISHED IN 1812

APRIL 4, 2013

VOL. 368 NO. 14

### Primary Prevention of Cardiovascular Disease with a Mediterranean Diet

Ramón Estruch, M.D., Ph.D., Emilio Ros, M.D., Ph.D., Jordi Salas-Salvadó, M.D., Ph.D.,  
Maria-Isabel Covas, D.Pharm., Ph.D., Dolores Corella, D.Pharm., Ph.D., Fernando Arós, M.D., Ph.D.,  
Enrique Gómez-Gracia, M.D., Ph.D., Valentina Ruiz-Gutiérrez, Ph.D., Miquel Fiol, M.D., Ph.D.,  
José Lapetra, M.D., Ph.D., Rosa Maria Lamuela-Raventos, D.Pharm., Ph.D., Lluís Serra-Majem, M.D., Ph.D.,  
Xavier Pintó, M.D., Ph.D., Josep Basora, M.D., Ph.D., Miguel Angel Muñoz, M.D., Ph.D., José V. Sorlí, M.D., Ph.D.,  
José Alfredo Martínez, D.Pharm, M.D., Ph.D., and Miguel Angel Martínez-González, M.D., Ph.D.,  
for the PREDIMED Study Investigators\*

La dieta mediterránea disminuye un 30% el riesgo  
de enfermedad cardiovascular

Research

JAMA Internal Medicine | [Original Investigation](#)

# Mediterranean Diet and Invasive Breast Cancer Risk Among Women at High Cardiovascular Risk in the PREDIMED Trial

## A Randomized Clinical Trial

Estefanía Toledo, MD, MPH, PhD; Jordi Salas-Salvadó, MD, PhD; Carolina Donat-Vargas, PharmD; Pilar Buil-Cosiales, MD, PhD; Ramón Estruch, MD, PhD; Emilio Ros, MD, PhD; Dolores Corella, DPharm, PhD; Montserrat Fitó, PhD; Frank B. Hu, MD, PhD; Fernando Arós, MD, PhD; Enrique Gómez-Gracia, MD, PhD; Dora Romaguera, MSc, PhD; Manuel Ortega-Calvo, MD; Lluís Serra-Majem, MD, PhD; Xavier Pintó, MD, PhD; Helmut Schröder, PhD; Josep Basora, MD, PhD; José Vicente Sorlí, MD, PhD; Mònica Bulló, BSc, PhD; Merce Serra-Mir, RD; Miguel A. Martínez-González, MD

November 2015

Primer estudio randomizado que demuestra el efecto de una intervención dietética a largo plazo sobre la incidencia del cáncer de mama



# Dietary Modification and Breast Cancer Mortality: Long-Term Follow-Up of the Women's Health Initiative Randomized Trial

Rowan T. Chlebowski, MD, PhD<sup>1</sup>; Aaron K. Aragaki, MS<sup>2</sup>; Garnet L. Anderson, PhD<sup>2</sup>; Kathy Pan, MD<sup>1</sup>; Marian L. Neuhouser, PhD<sup>2</sup>; JoAnn E. Manson, MD, DrPH<sup>3</sup>; Cynthia A. Thomson, PhD<sup>4</sup>; Yasmin Mossavar-Rahmani, PhD<sup>5</sup>; Dorothy S. Lane, MD<sup>6</sup>; Karen C. Johnson, MD<sup>7</sup>; Jean Wactawski-Wende, PhD<sup>8</sup>; Linda Snetselaar, PhD<sup>10</sup>; Thomas E. Rohan, MBBS, PhD, DHSc<sup>5</sup>; Juhua Luo, PhD<sup>9</sup>; Ana Barac, MD, PhD<sup>11</sup>; and Ross L. Prentice, PhD<sup>2</sup>, on behalf of the Women's Health Initiative

- 48.835 mujeres postmenopáusicas randomizadas a dieta habitual frente a dieta baja en grasas
- Seguimiento 20 años
- Disminución riesgo mortalidad TRAS un cáncer de mama (obesidad, enfermedad CV, etc...)
- Disminución riesgo mortalidad TRAS un cáncer de mama POR el cáncer de mama (21%)

# *Lifebreast*

**Un ensayo aleatorizado de estilo de vida para mejorar el pronóstico y el bienestar en pacientes con cáncer de mama**



**~~PROTOCOLO TRABAJO DE CAMPO~~**

*isc*  
Instituto  
de Salud  
Carlos III

*cne*

# Life6breast

## Diseño

- Ensayo CLINICO multicéntrico aleatorizado y controlado que pretende valorar si una intervención nutricional con un patrón de DieMed + AOVE reduce el riesgo de recidivas o progresión del CM.
- Por asignación aleatoria, estratificada por centro y por estado menopáusico, las mujeres serán incluidas mediante bloques de tamaño variable y una razón 1:1 en los siguientes grupos de comparación:
  1. Dieta mediterránea + AOVE (grupo de intervención)
  2. Dieta baja en grasa (grupo control)

## Selección de participantes:

- Mujeres pre y postmenopáusicas con un adenocarcinoma de mama incidente confirmado en estadio I, II o III operable. Las participantes se reclutarán **antes** de iniciar **tratamiento oncológico** y de **la cirugía**.
- En el Hospital Quirón Salud: reclutar a 400 mujeres con CM localizado

# **SUPERVIVIENTES**

The background features a diagonal gradient from purple on the top left to white on the bottom right. A pattern of white, starburst-like shapes is scattered across the right side of the image, overlapping the gradient.

# SUPERVIVIENTES

## WORLDWIDE

- En 2020, 2.3 millones de mujeres fueron diagnosticadas de cáncer de mama
- Cada 14 segundos una mujer es diagnosticada de cáncer de mama
- Desde 2008 el cáncer de mama ha aumentado un 20%

# SUPERVIVIENTES

## UNITED STATES

- En 2023 se estima que 300.590 mujeres serán diagnosticadas de cáncer de mama
- En 2023 se estima que morirán 43.170 mujeres y 530 varones
- Más de 4 millones de supervivientes

# SUPERVIVIENTES

## SEGUIMIENTO

- Incremento prácticamente exponencial de las CONSULTAS DE REVISIONES en Oncología
- La mayoría son pacientes curadas
- Secuelas y necesidades específicas: patología ósea, enfermedad CV,... que pueden ser cubiertas por otros profesionales
- Tras 5-10 años seguimiento por MAP, ginecólogo

# SUPERVIVIENTES

## SEGUIMIENTO

- Incremento prácticamente exponencial de las CONSULTAS DE REVISIONES en Oncología
- La mayoría son pacientes curadas
- Secuelas y necesidades específicas: patología ósea, enfermedad CV,... que pueden ser cubiertas por otros profesionales
- Tras 5-10 años seguimiento por MAP, ginecólogo



# SUPERVIVIENTES

SEGUIMIENTO

## UNIDADES DE SUPERVIVIENTES

[For Adult Patients](#) / [Your Experience](#) / [Living Beyond Cancer](#) / [Survivorship & Follow-Up Care](#)

## Living Beyond Cancer

[Survivorship & Follow-Up Care](#)

[Overview](#)

[Adult Survivorship Program](#)

[What Does Cancer Remission, Recurrence & Cure Mean?](#)

[Services for Cancer Survivors](#)

[Programs & Events for Survivors](#)

# Adult Survivorship Program

 [Share](#) 



## Breast Cancer

MSK Breast Cancer  
Oncology Programs

Anatomy of the Breast

# Breast Cancer Follow-up Care

 Share 

Our specialists can help ensure you live as full and healthy a life as possible after being treated for breast cancer. Our nurse practitioners who specialize in the disease will monitor you for signs that the disease has returned and also watch you carefully to help spot, prevent, and control any long-term or late effects of the disease or treatment.

During your follow-up visit with the nurse practitioner, he or she:

- reviews your recent medical history and does a physical exam
- does an assessment to look for recurrence (return) of cancer
- identifies and helps you manage any side effects
- makes screening referrals for other cancers when appropriate
- makes healthy-living recommendations related to nutrition, exercise, and quitting tobacco
- shapes a treatment summary and follow-up care plan for you
- sets up consultations with your Memorial Sloan Kettering doctors as needed

The nurse practitioner also draws up a treatment summary and survivorship care plan for you and shares it with your primary care doctor and other medical providers. Your doctors incorporate this information into your overall medical plan. The nurse practitioner updates this plan after each visit.

If you need less care over time, we may discuss the option of transitioning your follow-up care to your primary care physician. The timing for this depends on your particular cancer and treatment. But we're always available if your doctors ever have a cancer-related question or if a new cancer-related problem arises.

## Breast Cancer

[MSK Breast Cancer  
Oncology Programs](#)

[Anatomy of the Breast](#)

# Breast Cancer Follow-up Care

[Share](#) 

Our specialists can help ensure you live as full and healthy a life as possible after being treated for breast cancer. Our nurse practitioners who specialize in the disease will monitor you for signs that the disease has returned and also watch you carefully to help spot, prevent, and control any long-term or late effects of the disease or treatn

During your follow-up visit with the nurse practitioner, he or she:

- reviews your recent medical history and does a physical exam
- does an assessment to look for recurrence (return) of cancer
- identifies and helps you manage any side effects
- makes screening referrals for other cancers when appropriate
- makes healthy-living recommendations related to nutrition, exercise, and quitting tobacco
- shapes a treatment summary and follow-up care plan for you
- sets up consultations with your Memorial Sloan Kettering doctors as needed

The nurse practitioner also draws up a treatment summary and survivorship care plan for you and shares it with your primary care doctor and other medical providers. Your doctors incorporate this information into your overall medical plan. The nurse practitioner updates this plan after each visit.

If you need less care over time, we may discuss the option of transitioning your follow-up care to your primary care physician. The timing for this depends on your particular cancer and treatment. But we're always available if your doctors ever have a cancer-related question or if a new cancer-related problem arises.



MUCHAS  
GRACIAS

