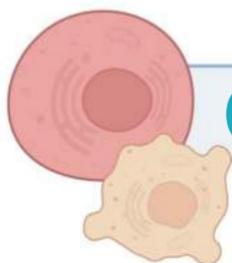




MI GUÍA DE CÁNCER HEREDITARIO

2022





Contenido

Acerca de esta guía	1
Mi camino por la clínica de cáncer hereditario	2
¿Qué es el cáncer?	3
Entonces, ¿Cuándo debemos sospechar de un cáncer hereditario?	5
¿Qué son los genes?	6
Proceso del asesoramiento genético	7
Pruebas moleculares	8
¿Qué esperar de mis resultados?	9
¿Qué es una variante de significado incierto?	10
Un resultado incierto...¿y ahora qué?	11
Mejorar mi salud	13
¿Sabía que como paciente de genética cuenta con el servicio de psicooncología?	15

Acerca de esta guía

En la Clínica de Cáncer Hereditario del Instituto Nacional de Cancerología elaboramos esta guía con información sobre el cáncer hereditario, el proceso de tu consulta con los médicos genetistas y los posibles resultados de tu prueba molecular.

Autores

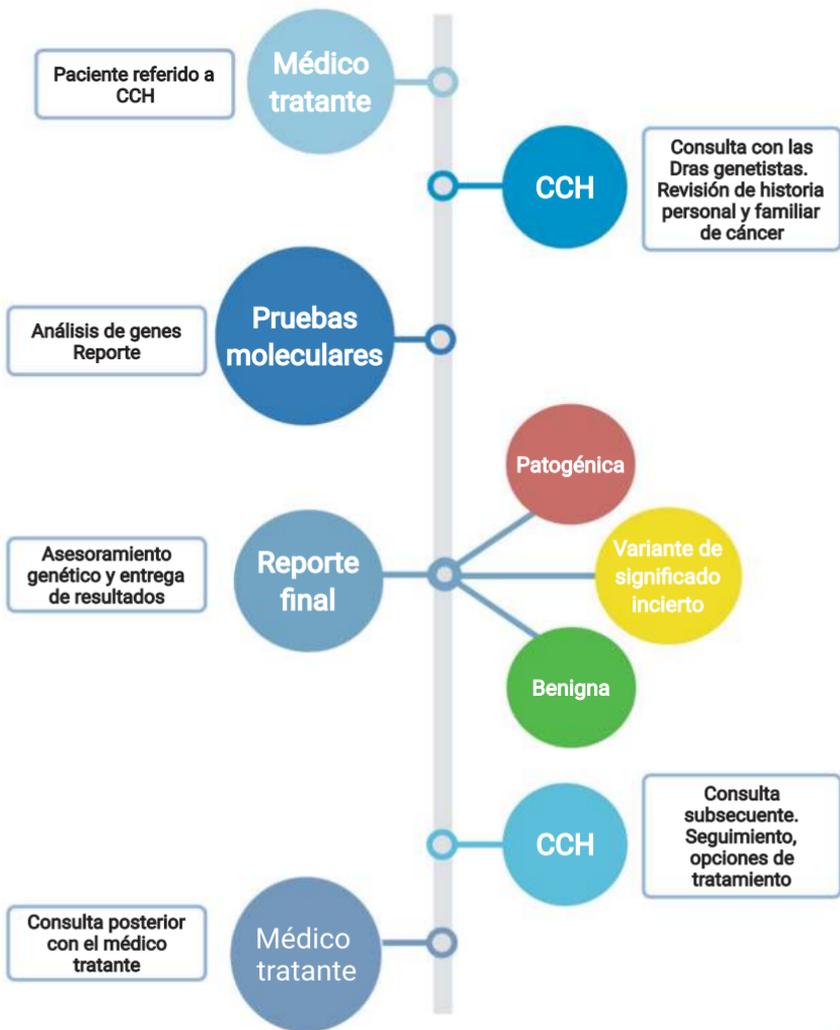
Aceves Poveda Brigney, De la Fuente-Hernández Marcela Angélica, Domínguez Ortiz Julieta, Mejía Aguayo María de la Luz, Obregón Serrano Gabriela, Osnaya Fernández Vincent, Padua-Bracho Alejandra, Pérez Rosas Montserrat, Sosa León Rodrigo.

Coordinación y revisión

Alvarez-Gomez Rosa María



Mi camino por la Clínica de Cáncer Hereditario



¿Qué es el cáncer?

El cáncer es una enfermedad que depende de muchos factores, como el ambiente y los hábitos de vida. Estos casos de cáncer se conocen como esporádicos y representa el 90 por ciento de todos los tipos de cáncer.

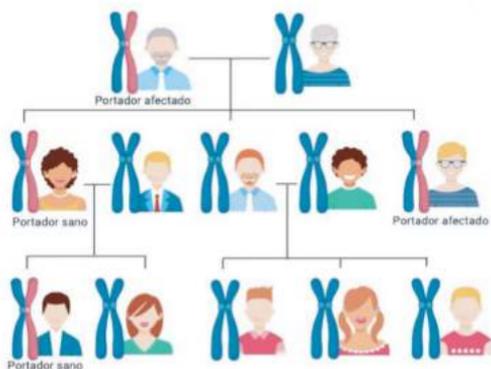
Sólo entre el 5 y 10 por ciento de los casos de cáncer se deben a una alteración genética heredada por uno o ambos padres, lo que aumenta tu predisposición a desarrollar la enfermedad.



Síndromes de cáncer hereditario

Los síndromes de cáncer hereditario se deben a cambios, conocidos como mutaciones, en ciertos genes que se transmiten de padres a hijos desde su concepción.

En la mayoría de los síndromes de cáncer hereditario la posibilidad de que un hijo herede la mutación es de un 50 por ciento.



Entonces, ¿Cuándo debemos sospechar de un cáncer hereditario?

Se sospecha de la presencia de cáncer hereditario cuando existen varios casos de cáncer en la familia habitualmente el mismo tipo de cáncer o tumores relacionados con síndromes específicos, afectación en diferentes generaciones (abuelos, hijos, nietos) o diagnóstico de cáncer a una edad joven, entre otros.

¿EN QUIÉN SE SOSPECHA CÁNCER HEREDITARIO?



Diagnóstico de cáncer a una edad joven (menor a 50 años)



Se presentaron varios tipos de cáncer en una misma persona



Cáncer en ambos órganos de un conjunto de órganos pares, como ambos riñones o ambos senos



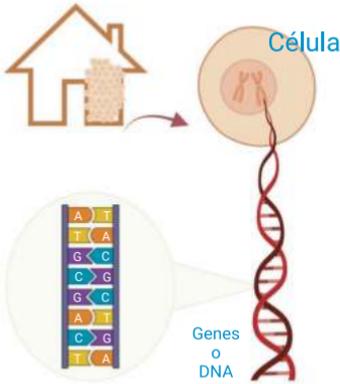
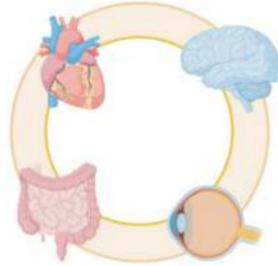
Varios familiares de primer o segundo grado (papá, mamá, hermanos o hijos) padecen el mismo tipo de cáncer



Familiar con una variante genética que predisponga al desarrollo del cáncer

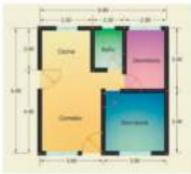
¿Qué son los genes?

Las personas y todos los seres vivos estamos conformados por distintos órganos y sistemas como: cerebro, corazón, ojos, intestinos, la piel, etcétera.



Nuestros órganos a su vez están formados por células. Si cada órgano en nuestro cuerpo fuera una casa, las células serían los ladrillos que la forman.

Todas las células de nuestro cuerpo contienen en su interior a los genes, es decir la información genética. Si cada célula fuera una casa, los genes serían los planos para construirla.



Si los genes tienen información incorrecta (mutan), las células no son construidas adecuadamente y eso nos puede provocar enfermedad. De la misma manera, unos planos incorrectos darían como resultado una casa diferente.



Proceso del asesoramiento genético

En la consulta de primera vez un médico genetista evaluará mi historial de salud personal y familiar y hablará conmigo del riesgo que mi cáncer sea hereditario.

Me preguntará sobre:

Su propia experiencia con el cáncer: tipo, parte del cuerpo afectada y edad de diagnóstico

Historia familiar de cáncer: ¿han tenido cáncer otros familiares? ¿A qué edad fueron diagnosticados? ¿Qué tipo de tumor?



Esta información ayudará a determinar mi riesgo de cáncer hereditario. Además, el médico hablará sobre las pruebas diagnósticas, y en caso de ser candidato me tomará una muestra de sangre para realizar un estudio molecular.

Diagnóstico

El médico genetista me explicará de manera adecuada el significado de mi prueba y ayudará a crear un plan individualizado de seguimiento y prevención.



Pruebas moleculares

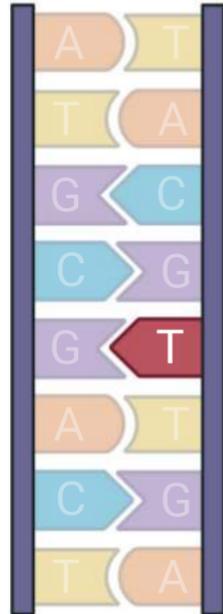
El estudio molecular comprende el análisis de ácidos nucleicos como el DNA, útiles en el diagnóstico médico. El estudio del DNA permite conocer las características estructurales de un gen: su secuencia, organización y mutaciones.

Un estudio molecular puede consistir en una prueba genética que permite evaluar un grupo selecto de genes a partir de una muestra de sangre. La finalidad de estas pruebas es buscar si existen diferencias o cambios en la secuencia del DNA.

El resultado de la prueba ayuda al diagnóstico e influye en el manejo médico o quirúrgico del paciente o los miembros de la familia con riesgo de padecer la enfermedad.

Las ventajas del estudio molecular son: Si ha tenido cáncer puede ser útil para tomar decisiones respecto al tratamiento y sus cuidados.

Si no ha tenido cáncer, puede ayudarle a entender su riesgo de desarrollar cáncer y el riesgo que corren sus familiares.



¿Qué esperar de mis resultados?

El reporte que te entregará tu médico genetista puede tener tres posibles resultados:



Positivo

Existe una mutación genética que aumenta el riesgo de cáncer. Hay que tener más cuidados que la población general. No significa que tiene cáncer, solo que tiene más riesgo.



Variante de significado incierto

La mutación actualmente no se sabe si es BUENA o MALA. Le daremos SEGUIMIENTO hasta saber si es (o no es) causante del cáncer

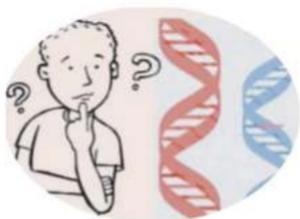


Negativo

No hay una mutación causante de cáncer. Tiene el riesgo que tiene cualquier persona de desarrollar cáncer. No significa que no pueda tener cáncer.

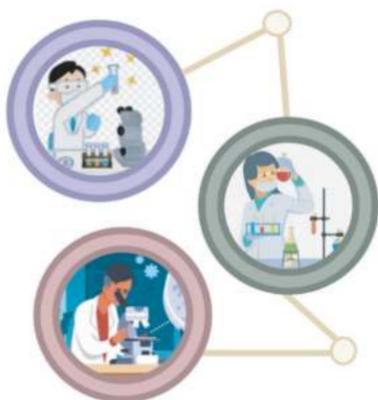


¿Qué es una variante de significado incierto o VUS?



Una variante de significado incierto o VUS es un cambio en la secuencia del DNA en un gen, cuyo efecto en la salud se desconoce.

Lo que se sabe hasta ahora de estas variantes no permite conocer si están asociadas con el desarrollo de cáncer.



Por tal razón en los laboratorios investigan para conocer más sobre estas variantes a través de diferentes estudios.

Estas variantes pueden cambiar su clasificación a patogénica o benigna, conforme se vaya sumando información de su efecto en la salud con el tiempo. **Parte de nuestro trabajo es checar si tu variante cambia.**

Si la clasificación de la variante cambia, esta información se le notificará por su médico genetista, por lo que debes de estar siempre en contacto con el médico.



Un resultado incierto...¿Y ahora qué?

La incertidumbre ante el resultado y el seguimiento, puede ser mi principal emoción.

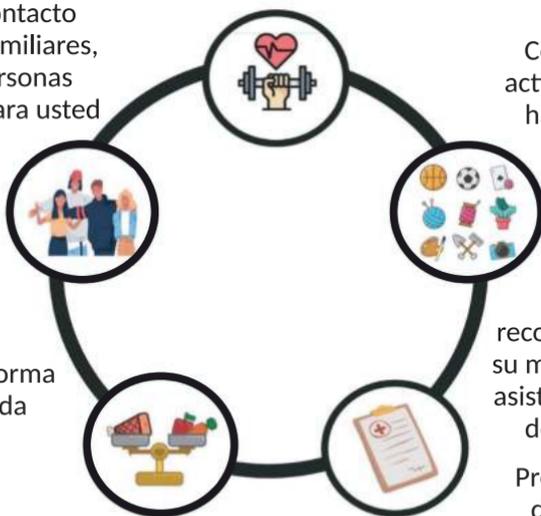
Aunque también puedo sentir frustración, ansiedad y tristeza.

Para ayudar a la disminución de estas emociones es importante centrar la atención en las cosas que puedo manejar como:

Realizar ejercicio de una forma constante

Mantener contacto cercano con familiares, amigos o personas importantes para usted

Continuar con las actividades que lo/la hagan sentir bien



Comer de forma balanceada

Seguir las recomendaciones de su médico genetista y asistir a sus consultas de seguimiento

Preguntar todas las dudas que tenga acerca de este resultado

Si siente que estas emociones son muy intensas o duraderas no dude en pedir una cita a psicooncología.

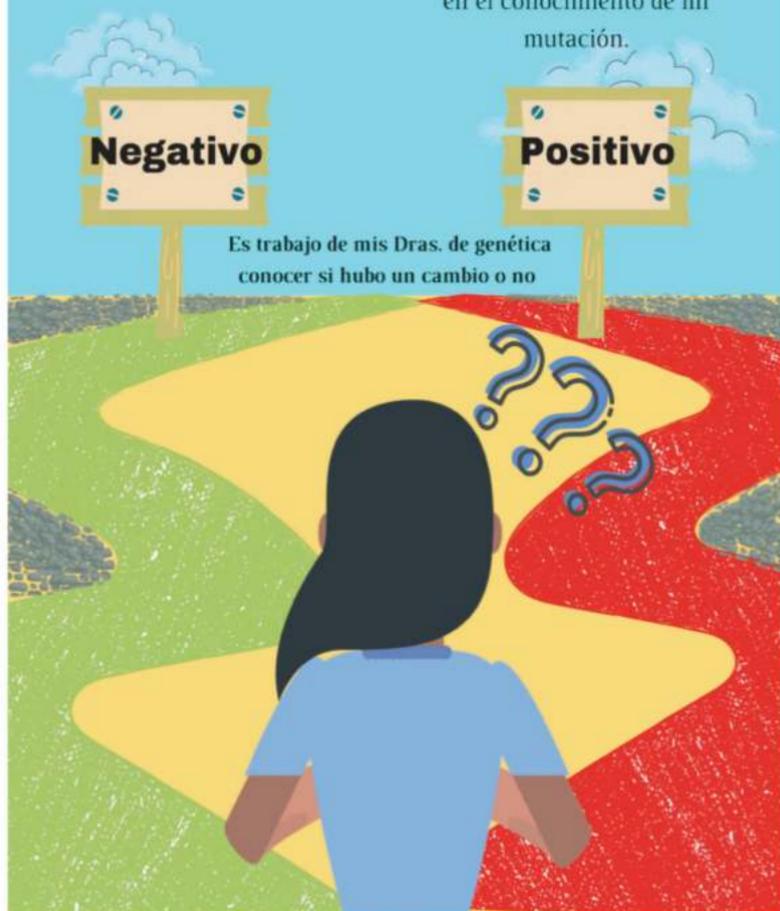
Variante de significado incierto

No sabemos si la mutación es

buena o mala.

¿Qué puedo hacer?

Acudir a mi seguimiento en genética para que las médicas puedan decirme si hubo un cambio en el conocimiento de mi mutación.



Mejorar mi salud

Además de la historia familiar, existen factores que pueden promover el desarrollo o avance del cáncer. Realizar acciones sencillas en nuestra vida diaria pueden contribuir a mejorar de manera importante mi salud y evitar el riesgo en mis familiares. Sigue las siguientes recomendaciones:



Mejorar la alimentación

La alimentación debe ser equilibrada, adaptada a mis necesidades, con el aporte suficiente de energía y nutrientes. Debe componerse de carbohidratos (50-60%), grasas (30-35%) y proteínas (10-15%). Mejorar mi alimentación, ayuda a fortalecer el sistema inmune.



Evita el tabaquismo

Fumar es una de las principales causas de cáncer que puedes evitar. Los componentes químicos del cigarro pueden generar daños en las células de distintos órganos y no solo en el sistema respiratorio. Las personas cercanas a quienes fuman, también pueden tener consecuencias en su salud por el humo del cigarro.





Disminuye la ingesta de alcohol

Aunque una pequeña bebida de alcohol puede favorecer la digestión después de los alimentos, cuando esta actividad se hace frecuente y aumenta en cantidad puede contribuir al desarrollo y progresión de distintos tipos de cáncer principalmente del sistema digestivo.



Aumenta tu actividad física

Mantén tu peso ideal. Hacer ejercicio fomenta quemar calorías que tengas en exceso. La obesidad puede ser el principal factor de riesgo asociado a algunos tipos de cáncer, principalmente de cavidad abdominal. Al ejercitarte también mejoras tu estado de ánimo.



Reduce la exposición a la radiación

La radiación que proviene del sol puede ser dañina tras una exposición prolongada. Es recomendable utilizar cremas con protección solar o protegerte con alguna gorra o sombrilla.



Asesoramiento médico

Asiste a tus consultas y expón a tu médico todas tus dudas y comentarios acerca de tu estado de salud. Recuerda que el médico busca tu bienestar y la comunicación es la mejor oportunidad de lograrlo.



¿SABÍA QUE COMO PACIENTE DE GENÉTICA CUENTA CON EL SERVICIO DE PSICOONGOLOGÍA?



¿En qué momento acudir a este servicio?



Cuando se presenten emociones que no pueda manejar.



Después de la entrega de resultados de genética.

¿En qué le puede ayudar?



Al manejo de emociones con respecto a su seguimiento.



Brindarle herramientas para la asimilación de su resultado.

SU SALUD MENTAL ES IGUAL DE IMPORTANTE QUE SU SALUD FÍSICA

Esperamos que esta guía le sea de ayuda. Si tiene cualquier pregunta, no dude en ponerse en contacto con el equipo de la Clínica de Cáncer Hereditario.

Estamos para apoyarle en su camino.

Contacto

Teléfono: 55 3693-5200 extensión 205

Correo electrónico: clinicacancerhereditario@gmail.com



