



Cómo hablar con un ser querido sobre el examen de detección para el cáncer de pulmón

Puedes desempeñar un papel muy importante ayudando a un ser querido a proteger su salud mediante un examen de detección para el cáncer de pulmón, si corre el riesgo de tener cáncer de pulmón.

El examen de detección anual para las personas con riesgo de cáncer de pulmón puede ayudar a salvar vidas al encontrar el cáncer más temprano, antes de que se haya propagado.

Cuando el cáncer de pulmón se encuentra temprano, antes de que se haya propagado, es más probable que sea curable. Sin embargo, pensar en la enfermedad puede ser aterrador, y es frecuente que alguien sienta ansiedad o temor con respecto al examen de detección para el cáncer de pulmón. La persona puede sentir temor a lo desconocido o al examen en sí.

Para convencer a alguien que teme realizarse el examen, es importante mostrarle que no está solo y que estás ahí para apoyarlo en cada paso.

Al dar este paso importante para ayudar a tu ser querido a realizarse el examen, puedes encontrarte cumpliendo muchos roles: el de maestro, porrista o asistente tomando notas. Pero lo más importante que puedes hacer es estar ahí para brindar apoyo.

Usa esta guía para ayudarte a iniciar la conversación con tu ser querido sobre el examen de detección para el cáncer de pulmón, prepararlo para las conversaciones con su médico y para apoyarlo a lo largo del proceso del examen de detección.

Inicia la conversación

A veces, el primer paso es el más difícil. Quizás estés nervioso de iniciar una conversación sobre el examen de detección para el cáncer de pulmón con tu ser querido, pero si te preparas y sabes lo que vas a decir de antemano, puede ser más fácil. Usa estos consejos como inspiración:

- Comprende su riesgo.** Obtén información sobre los factores que aumentan el riesgo de cáncer de pulmón y determina si tu ser querido cumple con los criterios para el examen de detección. El cuestionario de elegibilidad para el examen de detección, que se encuentra en nuestro sitio web, es una herramienta útil para este paso.
- Encuentra un momento tranquilo.** Elige un momento y lugar en el que puedas hablar sin distracciones y sin interrupciones.
- Reconoce sus temores y los tuyos.** Dile por qué te preocupa que pueda correr riesgo de tener cáncer de pulmón y anota cualquier factor de riesgo que tenga. Reconoce que pensar en el cáncer de pulmón puede ser aterrador, pero asegúrale que estás ahí para apoyarlo, y que pueden hacer esto juntos para proteger su salud.
- Céntrate en los beneficios y la facilidad del examen de detección.** Recuérdale la siguiente información:
 - Cuando el cáncer de pulmón se encuentra temprano, antes de que se haya propagado, es más probable que sea curable.
 - Un examen de detección anual mediante una tomografía computarizada (computed tomography, CT) de dosis baja puede ayudar a detectar el cáncer de pulmón más temprano, antes de que haya síntomas.
 - Realizarse el examen lleva solo unos minutos, no es doloroso y no incluye el uso de agujas.
- Animalo.** Si se trata de un fumador actual o un exfumador, asegúrale que ni tú ni nadie lo juzgará por sus antecedentes de tabaquismo y que nunca es demasiado tarde para tomar el control de su salud y realizarse el examen.
 - Reafírmale que estás ahí para apoyarlo, independientemente de lo que suceda.
 - Calma su ansiedad y ayúdale a comprender lo que le espera mediante estas [historias de la vida real sobre exámenes de detección](#) contadas por personas como tu ser querido.

Prepárate para la cita con el médico

Si tu ser querido está dispuesto a obtener más información sobre el examen de detección para el cáncer de pulmón, el siguiente paso es hablar con su médico sobre el riesgo, analizar si es elegible para el examen de detección y, si es así, programar una cita en un centro local de exámenes de detección. Puedes ayudar a tu ser querido en esta conversación importante con su médico siguiendo estos pasos:

- **Agrégallo al calendario.** Ayuda a tu ser querido a programar una cita con su médico. Si necesita ayuda para programar la cita, considera hacer la llamada tú mismo.
- **Prepara tus preguntas.** Siéntate con tu ser querido y escribe las preguntas que ambos quieren hacerle al médico sobre el examen de detección y cómo programar un examen. En nuestra [Hoja de consejos para hablar con el médico](#) se incluyen algunas preguntas que quizás quieras hacer.
- **Coordina el transporte.** Planifica cómo llegarán tú y tu ser querido a la cita con el médico.
- **Lleva bolígrafo y papel.** Lleva tu lista de preguntas, un bolígrafo y papel para poder tomar notas. Es probable que el médico comparta mucha información contigo, y puede ser útil consultar tus notas después de la cita. También puedes usar la sección para tomar notas al final de esta guía.
- **Escucha atentamente durante la cita y haz preguntas, según sea necesario.** Acude a la cita con tu ser querido para que puedas ayudarlo a hacer preguntas y tomar notas. Deja que tu ser querido tome la iniciativa mientras se sienta cómodo, pero no temas hacer preguntas de seguimiento. Debes asegurarte de que ambos comprenden los próximos pasos recomendados.



Realizarse el examen

Ya casi estás ahí; es muy importante que tu ser querido haya tomado la decisión de realizarse el examen. Dile que estás orgulloso de él o ella por dar este paso. Ahora ayúdalo a seguir adelante.

- **Busca un centro de exámenes de detección cercano.**
- **Programa la cita.** Programa el examen de detección y pregunta qué debes hacer para prepararte. Verifica con el seguro de tu ser querido los costos asociados con el examen de detección.
- **Sé puntual.** El centro de exámenes de detección puede incluso pedirle a tu ser querido que llegue temprano para completar documentación antes del examen.
- **Comprende los resultados y los próximos pasos.** Después del examen, el médico de tu ser querido se comunicará con él o ella para informarle los resultados. Pregunta si puedes unirse a esta conversación para que ambos sepan qué significan los resultados y si es necesario realizar alguna prueba de seguimiento.
- **Estate atento para ver si hay que repetir el examen.** Se recomienda realizar el examen de detección anual para aquellos que sean elegibles. Establece un recordatorio para que tu ser querido programe otro examen durante el siguiente año calendario como parte de su mantenimiento de salud anual.

