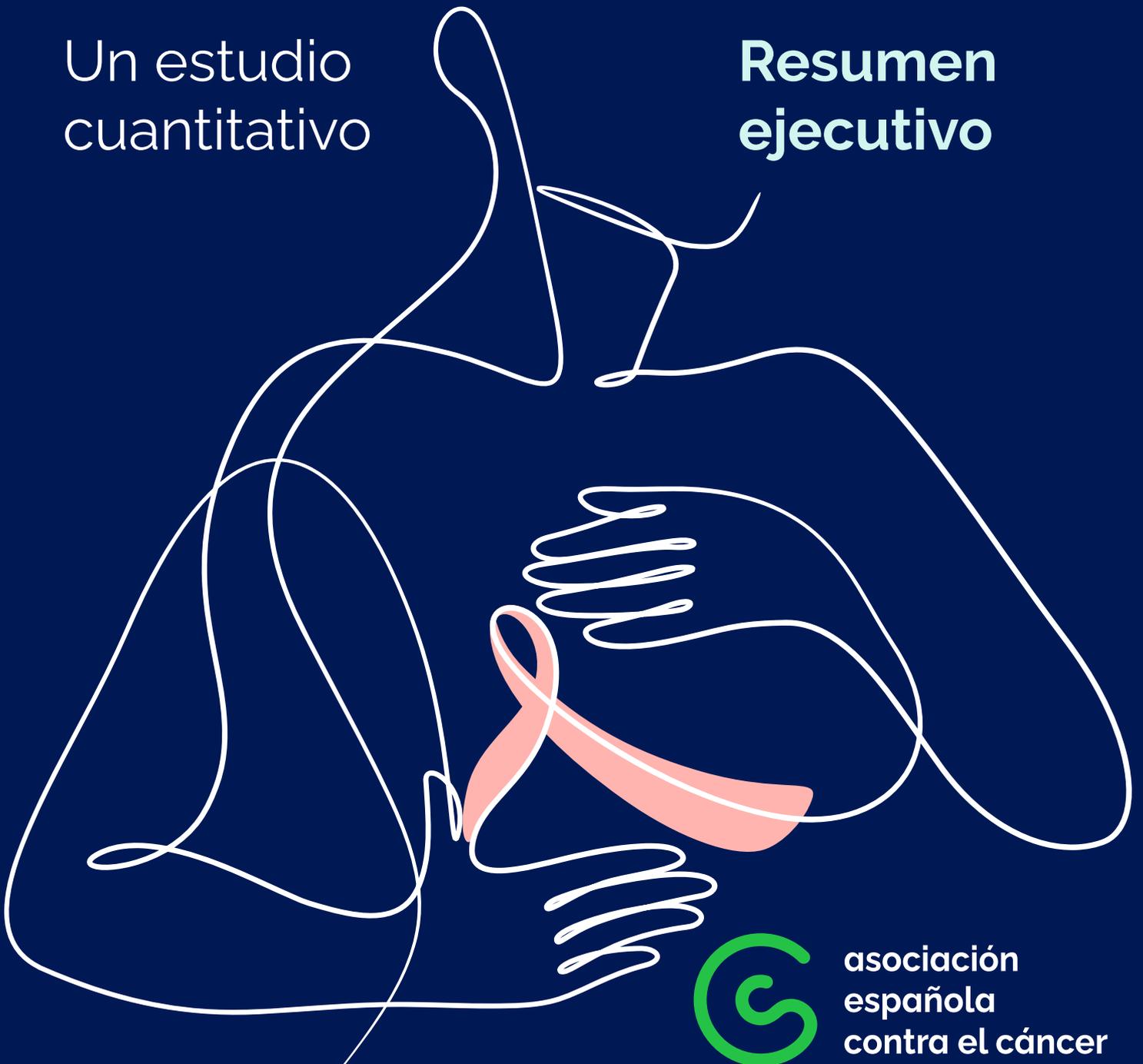


Calidad de vida y necesidades en supervivientes de cáncer de mama

Un estudio
cuantitativo

Resumen
ejecutivo



asociación
española
contra el cáncer



Índice

Introducción	3
Objetivos de la investigación	3
Metodología	3
Diseño y selección de la muestra	3
Instrumento de medida/cuestionario	4
Resultados	4
Una aproximación general a la calidad de vida de mujeres supervivientes de la enfermedad oncológica	4
Malestar físico de las supervivientes de cáncer de mama	5
Malestar emocional de las supervivientes de cáncer de mama	7
Relaciones sociales e interpersonales de las supervivientes de cáncer de mama	8
Situación económico-laboral de las supervivientes de cáncer de mama	8
Conclusiones	11

Introducción

Las mejoras en el diagnóstico precoz y los tratamientos del cáncer han elevado las tasas de supervivencia para casi todos los tipos de cáncer. De esta manera, se han puesto de manifiesto las necesidades de las personas que han superado el cáncer, un grupo de población en aumento, siendo de especial relevancia las mujeres diagnosticadas de cáncer de mama, uno de los tumores con una mayor tasa de supervivencia neta. Las consecuencias de haber padecido esta enfermedad a lo largo de la vida son numerosas. Desde problemas físicos y emocionales hasta sociales y laborales. Todas estas problemáticas presentes en las personas supervivientes de cáncer de mama tienen como consecuencia un empeoramiento de su calidad de vida. Por todo ello, es necesario disponer de datos que reflejen la situación actual de las personas que han sobrevivido a este cáncer en nuestro país.

Objetivos de la investigación

Los objetivos del presente estudio son:

- 1) Cuantificar la calidad de vida y prevalencia de las necesidades sanitarias, psicológicas, laborales, económicas y sociales de las personas supervivientes de cáncer de mama en España.
- 2) Categorizar la aparición de dichas necesidades en función de distintas variables de carácter médico, sociodemográfico y social.

Metodología

Diseño y selección de la muestra

Se ha realizado una encuesta a mujeres mayores de edad y residentes en España que han sido diagnosticadas de cáncer de mama en la edad adulta y que tras el tratamiento están libres de la enfermedad. Se diferencia entre corta supervivencia (haber superado la enfermedad hace menos de 5 años) y larga supervivencia (haber superado la enfermedad hace más de 5 años). Utilizando la técnica de entrevista online autoadministrada (sistema CAWI) han participado un total de 1.293 mujeres entre junio y julio de 2024. Se ha implementado un muestreo no probabilístico por conveniencia y bola de nieve debido a la imposibilidad de garantizar un marco muestral consistente de mujeres supervivientes de cáncer de mama. Con posterioridad al trabajo de campo y previo al análisis se ha llevado a cabo una ponderación de la muestra tomando como marco muestral la estimación del número de mujeres supervivientes de cáncer de mama en España.

Instrumento de medida/cuestionario

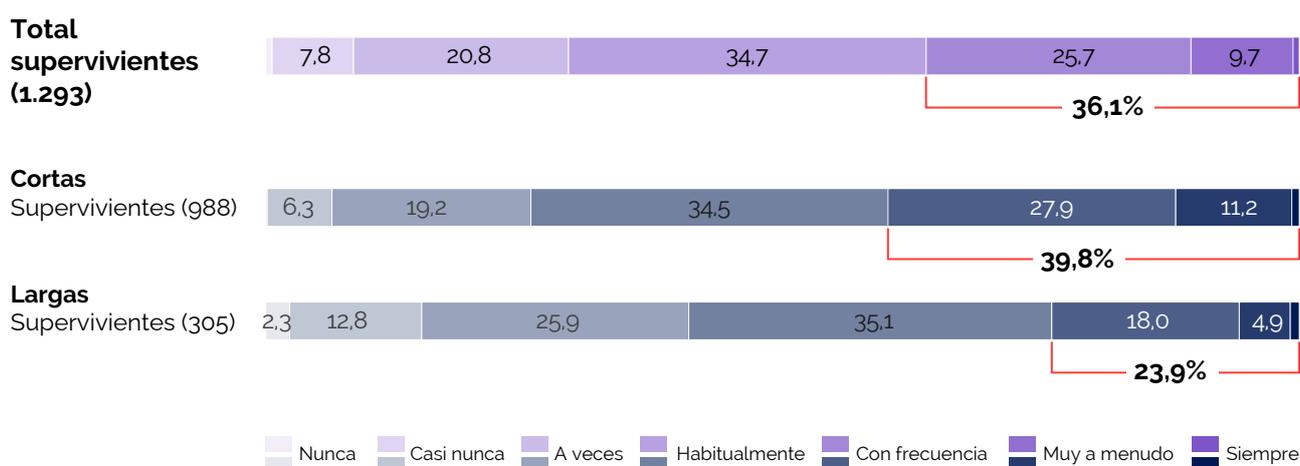
El cuestionario aplicado fue diseñado conjuntamente por la Asociación Española Contra el Cáncer y la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC). Este cuestionario incluye la versión española del cuestionario Quality of Life in Adults Cancer Survivors (QLACS), utilizado para medir la Calidad de Vida (CdV) de las personas supervivientes de cáncer.

Resultados

Una aproximación general a la calidad de vida de mujeres supervivientes de la enfermedad oncológica

Los resultados indican que la calidad de vida de las supervivientes de mama es moderada como consecuencia de haber padecido la enfermedad. El 36% de las supervivientes de mama tienen una mala calidad de vida (Figura 1) debido a la presencia de problemáticas físicas, emocionales y sociales derivadas de la enfermedad y los tratamientos con una elevada frecuencia. Además, el tiempo transcurrido desde la finalización de tratamientos es un aspecto determinante con respecto a la calidad de vida. Así, el porcentaje de mujeres con mala calidad de vida se incrementa hasta el 40% en el caso de las mujeres supervivientes cuyo tratamiento ha finalizado hace menos de 5 años frente al 24% de aquellas en el que este tiempo es superior a 5 años.

Figura 1. Calidad de vida total de las supervivientes de cáncer de mama.



Las puntuaciones de las 11 dimensiones que componen la escala de Calidad de Vida de Supervivientes de Cáncer (Tabla 1) indican que un número considerable de ellas, al igual que lo hace la puntuación total de Calidad de Vida, se sitúan en torno al punto central de la escala (Afectividad negativa, Problemas cognitivos, Dolor, Problemas sexuales, Fatiga y Apariencia). Sin embargo, otras varían sustancialmente, este es el caso de la dimensión "preocupación por que un miembro de la familia pueda ser diagnosticado de cáncer" que es la más presente entre las mujeres encuestadas y la dimensión referida a "problemas económicos" se reporta en menor medida.

Tabla 1. Puntuación media por dimensión de Calidad de Vida (1-7)

Dimensión	Media	Desviación típica
Distrés por la familia	5,3	1,7
Miedo a la recurrencia	5,0	1,5
Afectividad positiva (interpretación inversa)	5,0	1,3
Problemas sexuales	4,4	1,8
Preocupación por la apariencia	4,4	1,7
Fatiga	4,2	1,5
Afectividad negativa	4,2	1,4
Problemas cognitivos	4,2	1,7
Dolor	4,1	1,7
Evitación social	3,1	1,7
Problemas económicos	2,8	1,8
Puntuación total QLACS	4,0	1,1

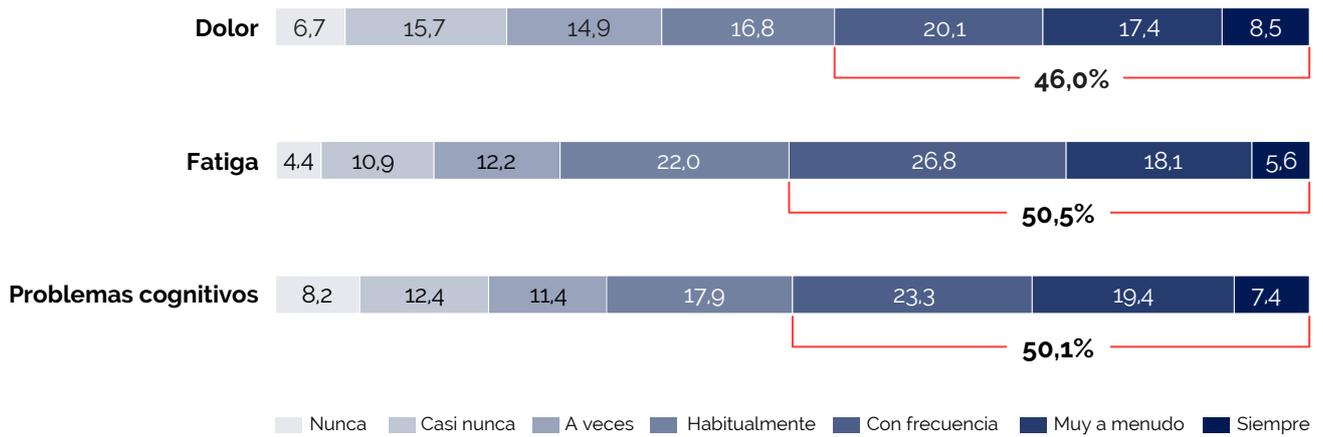
Malestar físico de las supervivientes de cáncer de mama

Entre los síntomas físicos más comunes (Figura 2), el **Dolor** y sus repercusiones en la vida cotidiana destaca como uno de los más persistentes. Hasta el **46% de las mujeres refieren sentirlo con frecuencia, muy a menudo o siempre**.

Otro de los efectos secundarios que aparecen con mayor frecuencia es la **Fatiga** (sensación subjetiva de cansancio o agotamiento físico, emocional que no es proporcional a la actividad realizada). En este caso, observamos cómo la **mitad de las participantes refieren encontrarse fatigadas con frecuencia**.

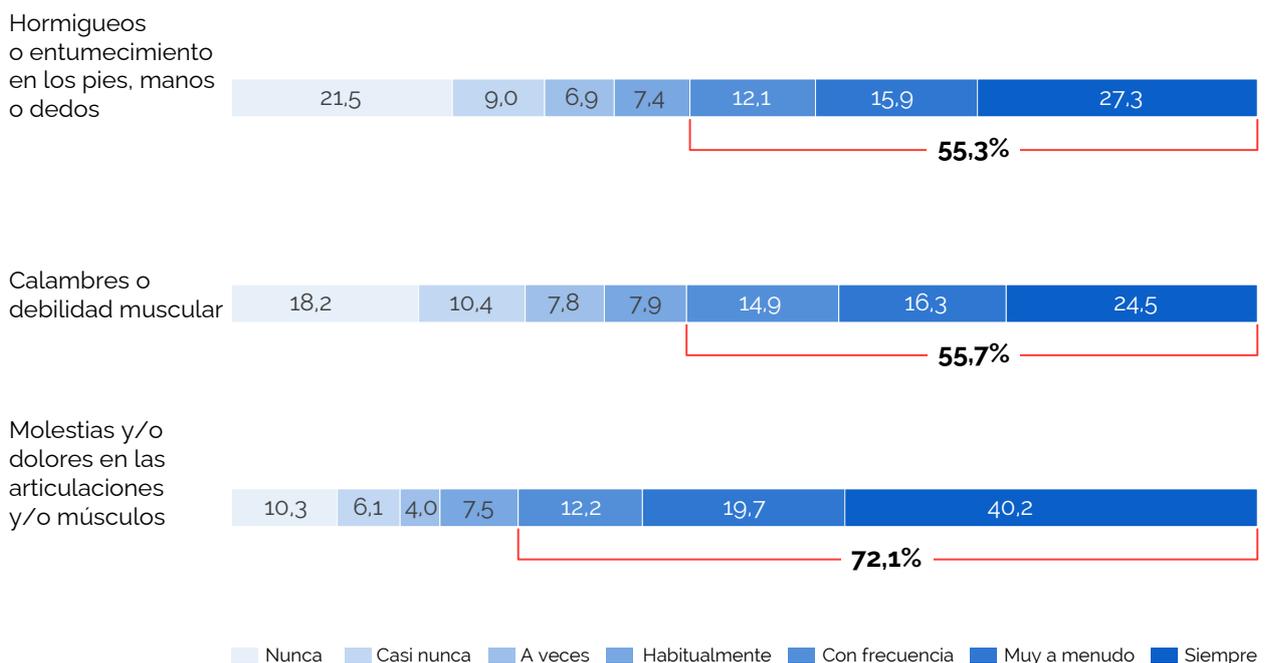
Los **Problemas cognitivos** (deterioro de la memoria, capacidad de aprendizaje, concentración, razonamiento, atención, etc.) también son una realidad bastante presente en las supervivientes de cáncer de mama. Así, **el 50,1% se sitúa en los 3 valores más altos de la escala** manifestando entre otras cosas que, mínimo de manera frecuente, tienen dificultades para concentrarse, mantener la atención durante un tiempo prolongado o recordar cosas.

Figura 2. Malestar físico de las supervivientes de cáncer de mama (n=1.293)



Otros síntomas físicos reportados son **molestias en las articulaciones y/o músculos (72%)**, **calambres o debilidad muscular (55,7%)** y **hormigueos o entumecimiento en los pies, manos o dedos (55,3%)** (Figura 3)

Figura 3. Síntomas físicos percibidos debido al cáncer en el último mes (n=1.271)



Malestar emocional de las supervivientes de cáncer de mama

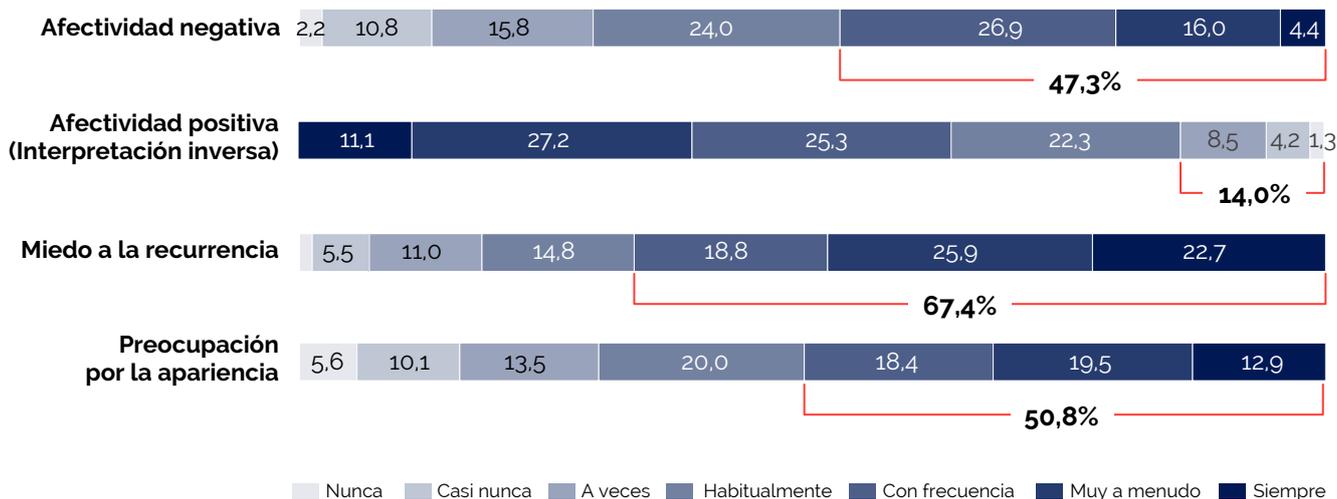
El malestar emocional es una de las dimensiones más complejas que experimentan las mujeres que han finalizado el tratamiento activo del cáncer de mama. **Casi la mitad de las mujeres supervivientes (47,3%) declaran verse afectadas por situaciones que generan emociones negativas con elevada frecuencia** (Figura 4).

Las supervivientes de cáncer de mama también experimentan **emociones y estados de ánimo positivos (Afectividad positiva)**. Los datos muestran que cerca de 9 de cada 10 mujeres (86%) se encuentran en una situación favorable en esta dimensión, siendo **muy reducido el porcentaje de supervivientes que declaran que nunca, casi nunca o pocas veces experimentan emociones positivas (14%)**.

El **Miedo a la recurrencia** de la enfermedad es una de las problemáticas más señaladas por una gran proporción de las supervivientes de cáncer de mama. Así, **2 de cada 3 supervivientes refieren sentirlo con frecuencia, muy a menudo o siempre**.

Respecto a la **Preocupación por la imagen corporal y la apariencia**, esta se da con relativa frecuencia en las mujeres participantes en el estudio (**50,8%**).

Figura 4. Malestar emocional de las supervivientes de cáncer de mama (n=1.293)



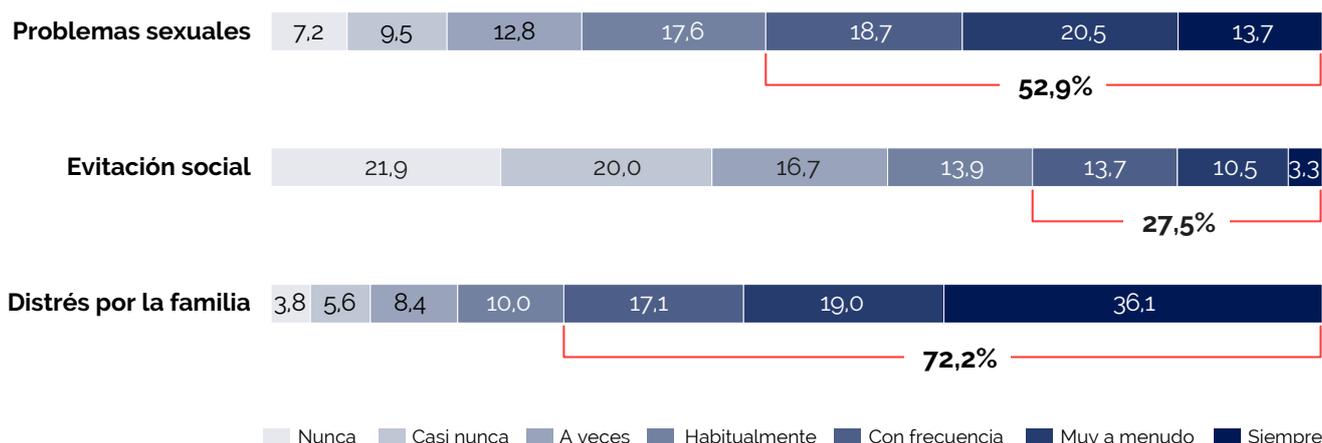
Relaciones sociales e interpersonales de las supervivientes de cáncer de mama

El cáncer y su tratamiento asociado pueden tener un efecto devastador en la **sexualidad**. En nuestro caso, **el 52,9% de las participantes señalan Problemas sexuales** (Figura 5).

Para muchas mujeres supervivientes de cáncer de mama, la **evitación de encuentros sociales o la dificultad para establecer nuevas relaciones** son problemas que persisten, afectando su capacidad para reintegrarse plenamente a su entorno social. En este sentido, **el 27,5% de las supervivientes reporta haber experimentado estos problemas con frecuencia, muy a menudo o siempre**.

La **preocupación de que un miembro de la familia sea diagnosticado de cáncer** se presenta como el problema más señalado por las supervivientes de cáncer. Así, hasta el **72,7% de las participantes afirma sentir dicha preocupación con mucha frecuencia**.

Figura 5. Problemas sociales e interpersonales de las supervivientes de cáncer de mama (n=1.293)

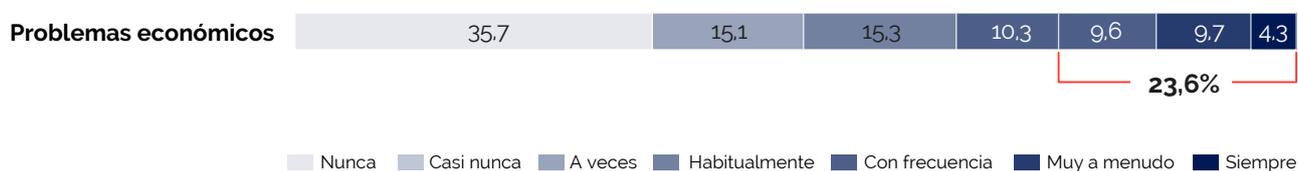


Situación económico-laboral de las supervivientes de cáncer de mama

Tras superar la enfermedad, **muchas supervivientes se enfrentan a desafíos en su reinserción al mercado laboral, cambios en su situación de empleo y posibles dificultades financieras**.

Un **23,6% de las supervivientes afirman haber experimentado problemas económicos** (Figura 6).

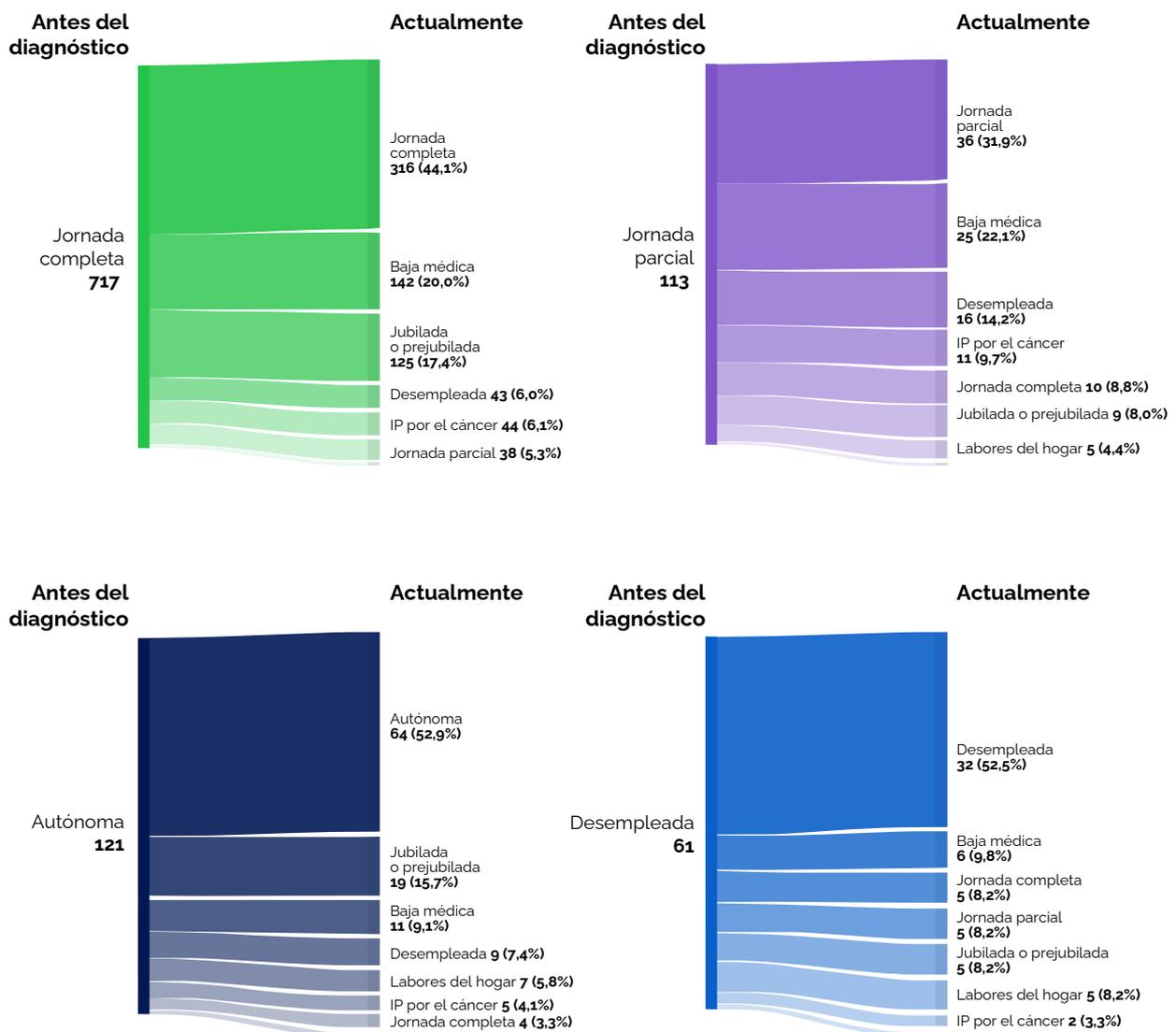
Figura 6. Problemas económicos de las supervivientes de cáncer de mama (n=1293)



El impacto del cáncer de mama en la situación laboral de las supervivientes se ha analizado comparando la situación laboral antes del diagnóstico con la actual una vez finalizado el tratamiento.

Sobre el grupo de supervivientes que antes del diagnóstico estaban trabajando a jornada completa, el 44% vuelven a su situación anterior y el 17% se jubila, pero para un 37,4% la enfermedad ha supuesto un cambio desfavorable en su situación laboral, bien porque hayan tenido que reducir la jornada, por desempleo o por tener una incapacidad temporal o permanente. Entre las supervivientes que estaban trabajando a jornada parcial, el 32% vuelven a su situación anterior. Además, existe una mayor variación de situaciones una vez superado el cáncer. Respecto a las mujeres que trabajaban por cuenta propia antes del diagnóstico de cáncer, nos encontramos con que el 53% vuelven a su situación anterior como trabajadoras autónomas. Por último, alrededor del 50% de mujeres desempleadas previo al diagnóstico permanecen en la misma situación. En este sentido, únicamente un 16,4% logra incorporarse al mercado laboral, ya sea a tiempo completo o a tiempo parcial (Figura 7).

Figura 7. Situación laboral de las supervivientes de mama antes y después de la enfermedad.



También se han identificado importantes desafíos relacionados con la situación laboral en las supervivientes de cáncer de mama (Figura 8). Estos problemas afectan a su desempeño y bienestar en el ámbito laboral. Dado que algunas participantes no respondieron estas preguntas debido a que no aplicaban a su situación laboral, y considerando solo las respuestas de quienes sí lo hicieron, un **66% de las encuestadas reporta haber experimentado impedimentos para realizar su trabajo**. Un 53% han percibido falta de apoyo o comprensión por parte de compañeros o jefes. Finalmente, un 68% considera que la enfermedad ha limitado sus oportunidades laborales o su carrera profesional.

El 24% de las supervivientes reporta que, tras finalizar el tratamiento y recibir el alta médica, se han visto obligadas a dejar de trabajar como consecuencia de la enfermedad. Además, un **12% afirma haber sido despedida de su empleo como consecuencia directa del cáncer** (Figura 9).

Figura 8. Problemas laborales de las supervivientes de cáncer de mama.

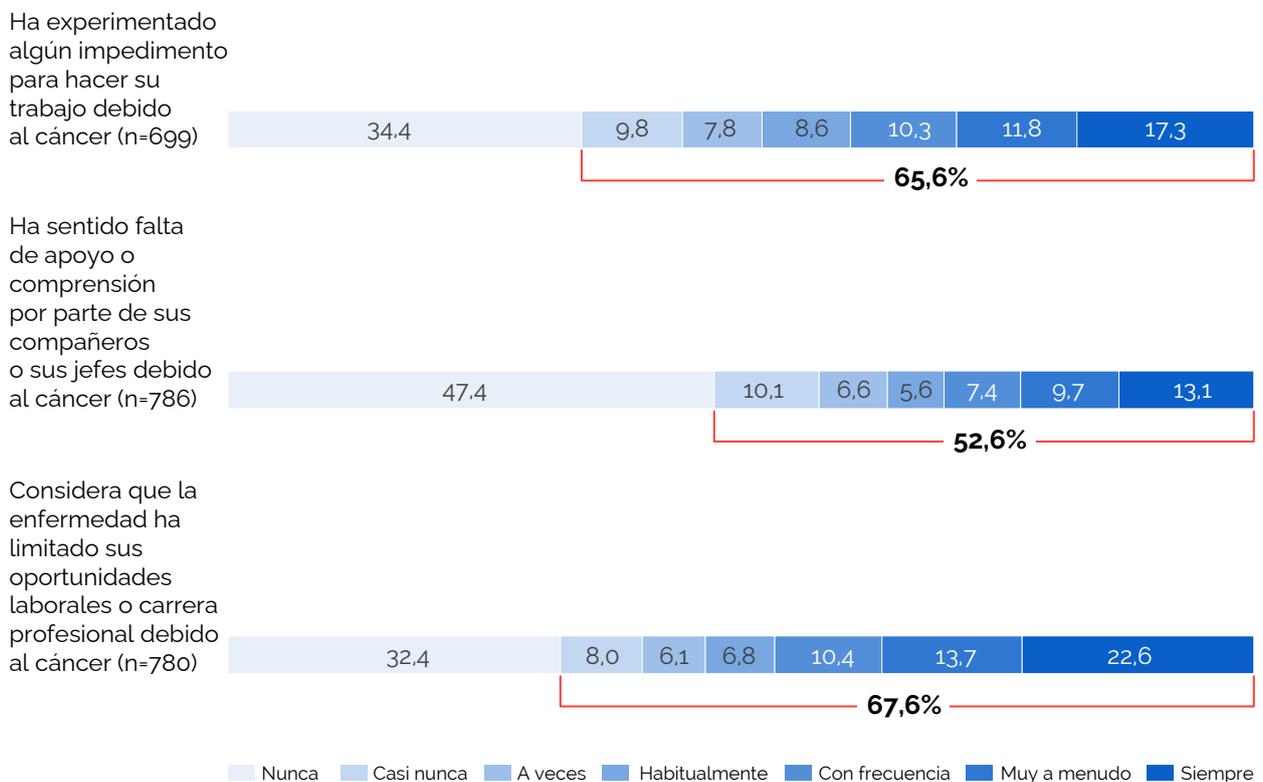
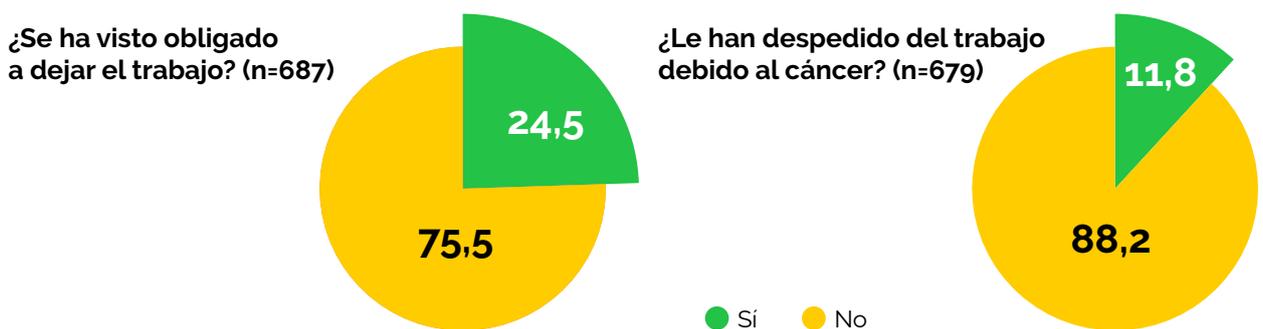


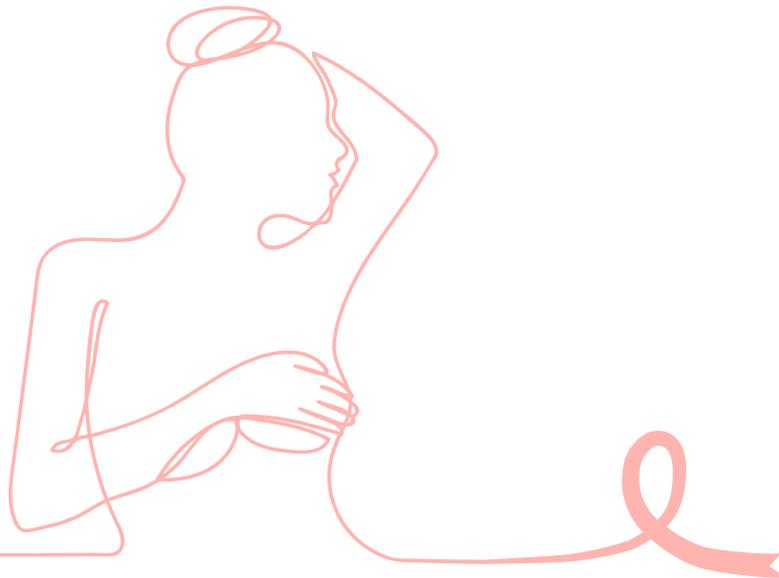
Figura 9. Una vez finalizado el tratamiento y dado de alta médica..



Conclusiones

- Entre las supervivientes de cáncer de mama, **algunos grupos presentan una calidad de vida significativamente baja**. Estos grupos a menudo **afroitan una combinación de problemas**, como síntomas físicos, problemas emocionales, económicos y limitaciones en sus actividades diarias. Estas limitaciones no solo afectan a su bienestar general, sino también en su capacidad para disfrutar de la vida cotidiana.
- Las supervivientes que han pasado **menos de 5 años desde el final del tratamiento presentan una calidad de vida más baja** en comparación con aquellas mujeres que llevan más tiempo libres de enfermedad. Por otro lado, aunque las supervivientes a largo plazo suelen reportar una mejora en algunos aspectos, siguen enfrentando secuelas persistentes. A pesar de **la mejoría general con el tiempo, estas secuelas a largo plazo pueden mantener una calidad de vida por debajo de la óptima**.
- Sobre las diferentes dimensiones analizadas respecto a la calidad de vida de las supervivientes de cáncer de mama:
 - Un porcentaje significativo de **pacientes largas supervivientes de cáncer de mama presentan síntomas físicos persistentes secundarios a los tratamientos** (fatiga, dolor en las articulaciones, debilidad muscular, déficits cognitivos, etc.). Estas secuelas pueden interferir de manera significativa en su día a día.
 - Casi **la mitad de las mujeres** supervivientes encuestadas refieren haberse **sentido tristes, inquietas y/o preocupadas** tras finalizar los tratamientos.
 - **La preocupación y el miedo a la enfermedad es una emoción que aparece con frecuencia en las mujeres** supervivientes y que persiste a lo largo del tiempo. Este miedo se refleja en dos dimensiones, la personal, concretándose en miedo a la recaída y, la familiar, con la preocupación constante de que un familiar sea diagnosticado de cáncer en el futuro.
 - Tanto la preocupación por la **aparición física como los problemas sexuales** son dificultades expuestas de manera frecuente.
 - El **cáncer tiene un impacto considerable en la vida laboral de las supervivientes**. Muchas supervivientes tienen **problemas para regresar a su trabajo** o para desempeñarse de la misma manera que antes. Algunas se ven **obligadas a dejar sus empleos** debido a las secuelas del cáncer. Incluso, algunas supervivientes afirman que **han sido despedidas de su trabajo** como consecuencia de la enfermedad. A estos problemas se les suman dificultades económicas derivadas o agravadas por el proceso oncológico.

En conclusión, los resultados obtenidos en este estudio subrayan la **necesidad de ofrecer asistencia y apoyo especializado a las supervivientes de cáncer de mama**, adaptado a sus diversas necesidades. Los efectos físicos persistentes, los desafíos emocionales y las limitaciones económicas y laborales que enfrentan estas mujeres tras el final del tratamiento revelan un impacto significativo en su calidad de vida. Estos hallazgos resaltan la importancia de crear enfoques integrales que aborden tanto las secuelas físicas como el malestar emocional, permitiendo a las supervivientes una mejor adaptación y recuperación a corto, medio y largo plazo en todos los aspectos de su vida cotidiana.



Tel. 900 100 036
contraelcancer.es

