



CLL SOCIETY

Observar y esperar (observación activa)

Observar y esperar, Observación activa o, como los pacientes lo llaman a menudo, “Observar y preocuparse” es, a primera vista, uno de los conceptos más contrarios a la intuición en el manejo de LLC (CLL).

Como lo es con muchos tipos de cáncer, la detección temprana lo es todo y el pronóstico empeora con las etapas más avanzadas de la enfermedad. Esa es la filosofía detrás de las pruebas de Papanicolaou, mamografías, colonoscopías y controles cutáneos regulares. Detecte el cáncer temprano.

¿Por qué no se recibe tratamiento?

En LLC no hay datos que demuestren que el tratamiento al momento del diagnóstico ayude. De hecho, hay algunos datos más antiguos que indican que no es así. Hay tres razones para enfocarnos en vigilar y esperar en la leucemia linfocítica crónica:

1. En un estudio famoso publicado en 1998 que comparó “Observar y esperar” con el tratamiento temprano con clorambucilo, una quimioterapia oral, en ese momento el estándar de atención, encontró que al grupo que tomó clorambucilo le fue un poco peor.
2. Hasta hace poco, la mayoría de los tratamientos eran tóxicos, ineficaces o ambos.
3. Es posible que entre el 15 y el 30% de los pacientes nunca necesiten tratamiento, por lo que tratarlos temprano puede exponerlos a toxicidades sin beneficios.

Sin embargo, las nuevas terapias orales más suaves pueden hacer que la razón número 2 (arriba) sea menos importante. Es por eso que hay ensayos clínicos en curso que comparan la observación activa con la intervención temprana con Ibrutinib en pacientes de alto riesgo, pero hasta que tengamos los resultados, fuera de un ensayo clínico, observar y esperar sigue siendo el estándar de atención para la gran mayoría de los pacientes.

Síntomas mientras se Observa y espera

Observar y esperar es un tiempo activo para los pacientes.

La investigación realizada por CLL Society mostró que los síntomas más comunes eran:

- Fatiga (50%)
- Ganglios linfáticos inflamados (47%)
- Ansiedad (42%)

Otros síntomas incluyeron sudores nocturnos, depresión, hematomas, infecciones recurrentes, hinchazón abdominal y dificultad para respirar. Solo el 17% informó que no presentaba síntomas.

Qué hacer

Si bien la mayoría de los pacientes intenta atrazar la progresión de la enfermedad a través del

estilo de vida y enfoques médicos complementarios/alternativos, a excepción de un estudio que mostró algún beneficio leve con un extracto de té verde muy específico (ECGC), hay pocos datos que respalden el uso extensivo de vitamina D o cúrcuma u otros suplementos por parte de los pacientes. Aunque estos suelen ser seguros, consulte con su médico antes de comenzar con cualquier suplemento. Una dieta saludable y el ejercicio regular son claramente beneficiosos para todos, especialmente para las personas con cáncer.

Hablar con otros pacientes en un grupo de apoyo para LLC y aprender más sobre su enfermedad a menudo es útil para lidiar con el estrés de observar y preocuparse.

Supervisión médica

Su equipo de hematología/oncología querrá darle seguimiento con exámenes regulares para verificar, entre otras cosas, el agrandamiento de los ganglios linfáticos, el hígado y el bazo.

Los análisis de laboratorio controlarán sus recuentos sanguíneos y su química, pero recuerde, tratamos a pacientes, no a números de laboratorio.

Dependiendo de sus hallazgos clínicos y de laboratorio, es posible que deba realizar un seguimiento con una frecuencia de una semana o, rara vez, una vez al año. La mayoría de los pacientes son atendidos cada 3 a 6 meses hasta que se produzca un cambio de estado.

Inquietudes médicas

Todos los pacientes con LLC, incluso aquellos que nunca han sido tratados, tienen un mayor riesgo de infecciones y cánceres secundarios debido al deterioro de la inmunidad asociada.

Sugerimos:

- Aplíquese todas las vacunas “muertas” apropiadas. Los pacientes con LLC nunca deben recibir vacunas vivas.
- Tenga cuidado con su higiene, especialmente en la temporada de gripe.
- Consulte a sus médicos más temprano que tarde con cualquier infección. Pueden agravarse rápidamente.
- Hágase todos los exámenes de detección de cáncer recomendados para su edad y sexo.
- Use protector solar y hágase chequeos regulares de la piel.

Al igual que todos los pacientes con cáncer, también tenemos un riesgo ligeramente mayor de enfermedad vascular, por lo que la dieta, el ejercicio y el control de la PA son aún más críticos.

Conclusiones

- Observar y esperar suele ser una estrategia de tratamiento adecuada.
- Es posible que algunos pacientes nunca necesiten tratamiento.
- No hay evidencia de que el tratamiento temprano sea beneficioso en la leucemia linfocítica crónica (LLC).
- La fatiga, la inflamación de los ganglios linfáticos, la ansiedad y otros síntomas son frecuentes.
- La monitorización clínica y de laboratorio periódica es estándar.
- Hay poca evidencia de que algún suplemento pueda ayudar.
- La atención preventiva y una dieta y estilo de vida saludables son importantes durante la observación activa.