

FO-HOPE-08

Versión: 1

Fecha: 24-06-2024

Especialistas
**Cuando
se trata
de ti**



**Cartilla educativa
efectos del tratamiento
con quimioterapia**



Haz escuchado que tu hijo tiene cáncer. Quizás esto es totalmente inesperado o tal vez ya tenías una sospecha. Algunos padres desean toda la información inmediatamente, otros prefieren no leer (todavía) nada sobre la enfermedad.

De cualquier forma, es bastante que procesar. Sigue tus instintos, eres la persona que más conoce a tu hijo, así que tu instinto será la mejor guía para este proceso.

No estas solo, tu familia, amigos y el equipo sanitario de nuestra institución te acompañará a recorrer este camino.

Para la **Clínica Materno Infantil San Luis** nuestra razón de ser es el cuidado de nuestros pacientes y su familia. Hemos construido esta cartilla con el fin de informar de forma práctica y sencilla los posibles efectos secundarios de la quimioterapia, los cuidados y recomendaciones a tener en cuenta durante el tratamiento.

Para nosotros es un gusto acompañarte, guiarte, cuidarte y brindarte el apoyo necesario en el proceso de tratamiento con quimioterapia.

¿Qué es la quimioterapia?

Es un conjunto de medicamentos que se utilizan para combatir las **células cancerosas**, de acuerdo al diagnóstico, peso, talla y condición clínica de tu hijo. La frecuencia de administración varía **dependiendo del diagnóstico**, entre otros criterios. A menudo, los esquemas de tratamiento se administran **cada 21 a 28 días**, otros de manera semanal o cada 15 días y se pueden administrar a través de:



**Caída del cabello
(Alopecia)**



**Malestar en la boca y garganta
(mucositis)**



Náuseas y vómitos



Estreñimiento



Diarrea



Resequedad de la piel



Leucopenia



Anemia



Trombocitopenia



Caída del cabello (Alopecia)

Algunos medicamentos de quimioterapia pueden **afectar los folículos pilosos** que es el lugar donde nace y crece el cabello. En algunas ocasiones pueden perder parte o la totalidad del cabello **mientras se encuentran en tratamiento**. No todos los medicamentos provocan la pérdida del cabello. Otras zonas del cuerpo donde se puede evidenciar caída del cabello son: **cejas, pestañas, axilas, brazos, piernas y zona púbica**.

Una vez finalices el tratamiento o incluso antes, los folículos pilosos retoman su crecimiento normal y en muchas oportunidades el nacimiento del “nuevo” cabello podrá tener color y textura diferente.

Recomendaciones

Las recomendaciones van dirigidas a mantener la sensación de comodidad y promover de manera positiva la forma en la que afronta la caída del cabello, haciendo énfasis en las cualidades positivas de tu hijo que no están relacionadas con la apariencia física.



Uso de gorros, pañoletas y sombreros: Pueden proporcionar comodidad y protección del cuero cabelludo ante la luz solar. **Otra alternativa es el uso de peluca.**



Lavar el cuero cabelludo: Con champú suave y hacer secado con toques, sin frotar. Una vez recuperado el cabello no se recomienda el uso de tinturas, ni exponer el cabello a altas temperaturas de secadores y planchas.



Corte de cabello: Se recomienda esta elección antes de iniciar quimioterapia, ganará volumen y en algunos casos es menos angustiante asimilar la pérdida gradualmente.

Malestar en la boca y garganta (mucositis)

La mucositis se define como la **inflamación en el interior de la boca y la garganta** que puede generar úlceras y aftas (llagas) dolorosas. También puede afectar a otras mucosas como la anal, vulvar o vaginal. Los síntomas pueden empezar con enrojecimiento en la mucosa, luego progresar a ulceraciones, que podría influir en la capacidad de deglutir alimentos.

Recomendaciones:



Lavar los dientes: Promueve el cepillado de los dientes diariamente, después de cada comida y al acostarte, utilizando cepillo con cerdas suaves y seda dental.



Enjuagues Bucales: Con agua bicarbonatada antes y después de las comidas con la siguiente mezcla: 1 cucharadita de bicarbonato en medio vaso de agua. Evita los enjuagues que contienen alcohol, este puede resecar la mucosa oral.



Hidratación: Garantiza que los labios permanezcan humectados con protectores labiales recomendados por el médico tratante.



Alimentación: Se recomienda consumir alimentos blandos o triturados, no consumir alimentos ni muy calientes ni muy fríos, ácidos, picantes o muy condimentados.



Lesiones: Observa si aparecen puntos o placas blancas, partes enrojecidas dolorosas en la cara interna de la mejilla, lengua o paladar, de ser así el equipo tratante instaurará el tratamiento de acuerdo a la condición clínica de tu hijo.

Naúseas y vómitos

Las náuseas son la sensación desagradable de querer vomitar, el vómito es la expulsión violenta y forzada del contenido del estómago o del intestino, a través de la boca. Algunos medicamentos como: Cisplatino, Dacarbacina, Dactinomina, Carboplatino, Ifosfamida, Daunorrubicina, Doxorubicina, entre otras, son consideradas altamente emetizantes.

Recomendaciones

Los síntomas pueden aparecer en las primeras 24 horas a 48 horas, incluso previo al tratamiento. Algunas recomendaciones dirigidas al control de los síntomas son:



Hidratación: Ofrece líquidos frescos y livianos. Los signos o síntomas de deshidratación (pérdida de líquidos en el cuerpo), que debes tener en cuenta e informar al equipo de salud son: mucha sed, boca muy seca, debilidad marcada, mareo intenso, disminución de la frecuencia de orina y color de orina oscura.



Alimentación: Ofrece alimentos fáciles de digerir, en pequeñas cantidades y repartidas varias veces al día (5 - 6 veces). En caso de vómito, se recomienda no comer más, hasta dejar de vomitar, enjuagar la boca después del vómito y posteriormente vuelve a ofrecer los alimentos.



Olores: Evita olores fuertes como perfumes, jabones o alimentos en cocción.



Indicaciones médicas: En caso de que el médico tratante haya ordenado tratamiento para las náuseas y vómitos, tómalos según la indicación, esto ayudará a controlar los síntomas. No auto mediques a tu hijo, sin antes consultarlo con el equipo de salud.

Estreñimiento

Consiste en la dificultad para hacer deposiciones de una manera y frecuencia habitual. Puede estar relacionado con el uso de algunos medicamentos empleados para la quimioterapia y otros que alivian los síntomas como el dolor. También puede darse por la falta de hidratación o por no consumir alimentos ricos en fibra.

Recomendaciones



Alimentación: Implementa una dieta rica en fibra, con frutas (papaya, pitaya, granadilla), bien lavados y preferiblemente cocidos.



Líquidos: Aumenta la ingesta de líquidos.



Actividad física: Promueve la actividad física con regularidad, como caminar, lo que activa el funcionamiento de tu intestino.



Uso de laxantes, enemas o supositorios: El tratamiento como laxantes, enemas o supositorios rectales pueden llegar a ser perjudiciales, por lo cual, esta indicación estará guiada por el especialista tratante.

Diarrea

Es la alteración intestinal caracterizada por el aumento en la frecuencia (más de cuatro diarias), aumento del volumen (mayor cantidad) o cambio en la consistencia (blanda, líquida) de las deposiciones, en ocasiones fétidas. Esto puede causar deshidratación.

Recomendaciones:



Lavado de manos: Lávate las manos antes y después de comer e ir al baño.



Hidratación: Toma abundante líquido para compensar lo perdido con la diarrea.



Alimentación: Si presentas diarrea, ofrece alimentos astringentes como zanahoria, caldo vegetal, arroz, pollo o pescado a la plancha, manzana sin cáscara, durazno, pera, plátano, pan tostado o guayaba. Limite las comidas altas en azúcares y productos lácteos.



Higiene: Realiza correcta higiene perianal después de cada deposición. Evita productos irritantes y usa pomadas protectoras.



Signos de alarma: Son signos de alarma para consultar con personal salud tratante o por el servicio de urgencias: dolor abdominal que no cede al analgésico, fiebre, dificultad para liberar los gases, náuseas y vómitos, además de la diarrea, materia fecal negra o con sangre y si las medidas dietéticas y los medicamentos no disminuyen la diarrea.

Resequedad de la piel

Es la causa principal de molestias cutáneas. La deshidratación de la piel se puede ver como enrojecimiento, una pequeña descamación, pequeñas grietas, inflamación, escozor o dolor constante.

Algunos medicamentos pueden favorecer la aparición de manchas y oscurecimiento en la piel y las uñas. Las siguientes recomendaciones van dirigidas al cuidado especial de la piel:

Recomendaciones



Cuidado de la zona afectada: Evita el rascado o fricción en la zona afectada. Esto puede generar mayor dolor, sangrado, molestia y favorecer la sobreinfección. Se recomienda uso de ropa de algodón, fresca, no ajustada.



Hidratación corporal: Usa crema hidratante (sin alcohol) varias veces al día, para proteger la piel de resequedad extrema, grietas o laceraciones, puede usar aceites para suavizarla un poco. Evita la exposición al sol, utiliza protección solar.



Baño: Utiliza para el baño diario agua ni muy caliente ni muy fría y jabón neutro que no contenga desodorantes ni alcohol.



Uñas: Puedes observar cambios en la coloración de la piel (manchas) o en las características de las uñas. Mantén las uñas cortas y limpias.

Leucopenia

Es un trastorno caracterizado la disminución severa de los glóbulos blancos, cuya función principal es defender el cuerpo contra las infecciones.

Recomendaciones

Se espera que la quimioterapia afecte las células de la sangre, como los glóbulos blancos, aumentando el riesgo de infecciones.



Lavado de manos: Practica el lavado de manos antes y después de consumir alimentos y usar el baño, también cuando las veas sucias. Se recomienda el uso del alcohol glicerinado dispuesto en las instituciones de salud.



Mascarilla: Usa la mascarilla facial en lugares públicos y evita permanecer en estos sitios. (Ejemplo: centros comerciales, y otros espacios cerrados con aglomeración de personas).



Personas enfermas: Evita estar en contacto con personas que tengan enfermedades infecciosas.



Vacunación: No es recomendable vacunarte sin autorización previa de tu médico tratante. Los padres y hermanos pueden vacunarse contra la influenza estacionaria.



Signos de alarma: Acude al servicio de urgencias si presentas los siguientes signos o síntomas: Fiebre mayor o igual a 38°C, escalofríos, vómito incontrolable, dolor abdominal que no cede, episodios de sangrado, entre otros indicados por el equipo tratante.

Anemia

Es el trastorno de la sangre que afecta a los glóbulos rojos y la hemoglobina. Su función es transportar el oxígeno a través del cuerpo. Si los glóbulos rojos se encuentran bajos, puedes sentirte más cansado de lo normal, mareado o débil.

Síntomas

- Mareo.
- Cansancio.
- Palidez.
- Dificultad para respirar.
- Aceleración de los latidos del corazón.
- Frío.



Trombocitopenia

Es la disminución de la cantidad de plaquetas circulantes en el torrente sanguíneo por debajo de los niveles normales, lo que puede ocasionar sangrados debido a la pérdida de la capacidad para coagular.

Síntomas

- Hematomas inesperados.
- Pequeñas manchas de color púrpura o rojas bajo la piel (petequias).
- Sangrado de la nariz o las encías.
- Dolores de cabeza intensos o mareos.



Recomendaciones

- Evita realizar ejercicios bruscos.
- Evita inyecciones intramusculares.
- Utiliza cepillo dental de cerdas suaves.
- Evita tratamientos odontológicos.

Siempre debemos tomar un cuadro hemático antes de cada tratamiento de quimioterapia.



¿Cuándo consultar al Servicio de Urgencias?

En caso de presentar:

- Fiebre (temperatura mayor a 38° grados).
- Sangrados, aparición de petequias o equimosis “morados”.
- Dolor abdominal persistente.
- Pérdida de fuerza y de la sensibilidad en extremidades.
- Dificultad para respirar.
- Palidez marcada, fatiga.
- Lesiones en la boca (mucositis) que limiten la ingesta de alimentos.
- Molestias en el sitio de aplicación de quimioterapia como dolor, ardor o sensación de quemazón.



Cuidados en el hogar



Tips para tener en cuenta:

- Mantén tu hogar limpio, ventilado y libre de polvo.
- Cambia las sábanas cada semana o cada vez que lo requiera.
- Lava el baño con frecuencia utilizando desinfectantes y abundante agua.

Cuidados con las mascotas

Recomendaciones:

- Si tienes gato, alguien más debe ayudarte a realizar el cambio de arena todos los días.
- No juegues brusco con las mascotas, ya que los rasguños o mordeduras se pueden infectar.
- Mantén limpia y desparasitada a la mascota.
- Mantén las vacunas de las mascotas al día.



Para el cuidador...

Recuerda que tu labor hace una diferencia en la calidad de vida y el bienestar del paciente, permitiendo fortalecer su relación con él, convirtiéndose en un ejemplo positivo de respeto y solidaridad que otras personas pueden seguir.



Recuerda que como cuidador también debes cuidarte a sí mismo.



Es normal experimentar periodos de estrés, ansiedad, depresión o frustración. Recuerda que no estás solo.



Pide ayuda cuando no puedas realizar el acompañamiento adecuado al paciente y busca apoyo con familiares y amigos. Nuestro equipo cuenta con psicología.



Tómate tu tiempo para salir a respirar y tomar aire puro.

Reconoce signos de estrés como:

- * Sensación de cansancio permanente.
- * Enfermarte más de lo habitual.
- * No dormir lo suficiente o sentirte impaciente.
- * Mantenerse irritado u olvidadizo.
- * No disfrutar de las cosas que antes eran de tu agrado.



“Todos estamos aquí para ayudarnos unos a otros. Cuando estamos juntos, podemos lograr cualquier cosa”




Especialistas
**Cuando
se trata
de ti**



Clínica San Luis

Para la mujer y el niño

 @clinicasanluisbga

 @ClinicaSanLuisBucaramanga