

INSTITUTO NACIONAL DE CANCEROLOGIA
GRUPO AREA ENFERMERIA
ONCOLOGIA AMBULATORIA

HOSPITAL DIA


RECOMENDACIONES PARA LOS PACIENTES CON TRATAMIENTOS DE QUIMIOTERAPIA

ESQUEMA: CARBOPLATINO-5FU-LEUC






Usted va a recibir un tratamiento con Quimioterapia, que puede producirle efectos secundarios los cuales normalmente desaparecen al finalizar el mismo. Le describimos los más comunes y nuestras recomendaciones para prevenirlos o disminuirlos

NEUTROPENIA:

Es la disminución de leucocitos (glóbulos blancos, las defensas) en sangre, puede ocurrir entre el 7°-14° día aproximadamente después del tratamiento. Puede presentar:



- Infecciones: gripa, orina de mal olor, abscesos
- fiebre 38°C o más 



Le recomendamos

- Lavado de manos antes y después de ir al baño 
- Lavado de manos antes de ingerir alimentos
- Utilizar protección respiratoria  tapabocas si es necesario
- Evitar estar en contacto con personas que tengan enfermedades infecciosas
- Limitar las visitas si es necesario
- Comer dieta rica en proteínas 
- Si toma algún medicamento para el dolor, antes de tomárselo haga un control de la temperatura
- Si presenta fiebre 38°C o más consultar al medico  o  enfermera inmediatamente


NÁUSEAS Y VÓMITOS

Le recomendamos:

- Tome la medicación recomendada por su médico para el vómito
- Si vomita, coma alimentos ricos en potasio: frutas y verduras, ejemplo:
bananos  y acelgas
- Beba abundantes líquidos (2-3 litros al día) 

- Comidas pequeñas y frecuentes. Coma despacio y masticando bien los alimentos
- Tome alimentos secos, como tostadas o galletas  por la mañana
- Coma mejor alimentos fríos, que no tengan tanto olor
- Evite alimentos grasos y picantes
- Tome bebidas frescas y con gas (, agua, infusiones, aromáticas)
- Permanezca sentado al menos 30 minutos después de las comidas
- Evite movimientos que favorezcan las náuseas: cambio de posición rápido y frecuente
- Realice enjuagues (sin alcohol) después de vomitar, para eliminar el mal sabor.
- Controle su peso, si presenta una pérdida importante, informe a su médico o enfermera






EVITE:

- Leche entera , alimentos y jugos ácidos, fritos, salsas y comidas pesadas
- Tomar líquidos 30 minutos antes o durante las comidas
- Medicación: La prescrita por el médico

MUCOSITIS

Es la inflamación de la mucosa de la boca, puede estar enrojecida o aparecer pequeñas heridas (llagas). Son dolorosas, pueden infectarse y dificultar la masticación. Aparecen por lo general 5-7 días después de administrada la quimioterapia.


Le recomendamos:

- Inspeccionar si hay lesiones, llagas, heridas o hemorragias en la mucosa de la boca 
- Realice una correcta higiene bucal tras cada comida y antes de acostarse con cepillo  dental de cerdas suaves y crema dental no abrasiva
- Evite utilizar seda dental o  palillos o cepillo dental que puedan lesionar la mucosa
- Evite utilizar enjuagues bucales con contenido de alcohol, limón 
- Realice enjuagues con  agua y bicarbonato 5 ó 6 veces al día y después de las comidas. **Preparación:** añada 1 cucharada de bicarbonato a una botella de 1,5 l de agua. tomar un sorbo hacer gárgaras y escupir
- Mantenga los labios y la boca hidratada y humedecida. Ingeriendo pequeños sorbos de líquido varias veces al día

Si usa dentadura postiza:





- Quítesela para realizar los enjuagues y límpiela bien
- Coma alimentos  blandos y helados
- Reduzca su uso para evitar lesiones

EVITE:


- 🚫 Alimentos ácidos,  condimentos fuertes, alimentos muy calientes
- 🚫 Alimentos que se peguen al paladar
- 🚫 El alcohol y el tabaco irritan la mucosa de la boca
- 🚫 **Si las úlceras de la boca le producen dolor: Realizar los enjuagues anestésicos según prescripción médica**



DIARREAS: Es el aumento de número de deposiciones o si la consistencia de las heces es líquida.

Le recomendamos:

- 🌿 Dieta astringente: agua de arroz, arroz hervido, zanahoria, caldo vegetal, pollo  o pescado  hervido o a la plancha, manzana sin piel, plátano, pan tostado.
- 🌿 Beba de 6 a 8 vasos de agua  para evitar la deshidratación. Evite las bebidas muy calientes o muy frías.
- 🌿 Coma alimentos ricos en potasio
- 🌿 Evite alimentos ricos en fibra: verduras, fruta,  legumbres. También los guisos, fritos, lácteos, embutidos, café y chocolate.
- 🌿 Suprima los laxantes.
- 🌿 **Mantenga limpia y seca la zona anal después de cada deposición.**

FRAGILIDAD CAPILAR

El cabello se vuelve frágil y  quebradizo. Al finalizar el tratamiento recobrará su aspecto normal



- 🌿 Utilizar cepillos de cerdas naturales 
- 🌿 Evitar productos agresivos, como tintes, lacas, etc. 

HIPERPIGMENTACIÓN DE UÑAS Y PIEL: Se presenta en cara, manos y en las venas utilizadas para la infusión del medicamento es transitorio para mantener el color de la piel.





Le recomendamos:

- 🌿 EVITAR LA EXPOSICIÓN DIRECTA AL SOL 
- 🌿 **UTILICE PROTECTOR SOLAR FACTOR DE PROTECCIÓN SUPERIOR A 25** 

SINDROME PALMO-PLANTAR:

- Es la aparición de piel seca y escamosa en la palma de las manos y plantas de  y  pies.

Le recomendamos:

- Utilizar jabón neutro.
- Mantener buena higiene de pies  y  manos para evitar infecciones.
- Utilizar cremas  humectantes que no contengan alcohol.
- Si presenta una heridas consultar al  médico.

FLEBITIS: Es la inflamación de la vena. Notará enrojecimiento, endurecimiento calor y dolor en las venas del brazo por donde se le ha administrado el tratamiento.

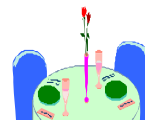
Le recomendamos:


Aplique compresas tibias, sobre el brazo durante 20 minutos, 3 veces al día


PÉRDIDA DE APETITO


Le recomendamos:

- Coma los alimentos que más le apetezcan en pequeñas cantidades y a menudo.
- Utilizar especias para mejorar el sabor y olor de las comidas : jugo de limón, clavo, albahaca, tomillo, canela, romero



- Mantener una buena higiene oral 
- Coma en un ambiente agradable y que la comidas sea atractivas a la vista.

- Abra el apetito realizando  ejercicio ligero (por ejemplo caminar).
- Realizar enjuague bucal con solución anestésica antes de comer
- Descansar antes de comer

- Coma alimentos ricos en  calorías y proteínas (arroz con leche, yogurt, plátanos, higos, pollo etc).
- Aflojar la ropa antes de empezar a comer

EVITAR

- Tomar líquidos con las comidas para no sentirse lleno enseguida
- Los olores fuertes si son molestos.
- Alimentos ricos en energía pero que no alimentan, como tortas



Si durante el tratamiento de quimioterapia presenta:


- Fiebre de 38° o más
- Nauseas y Vómitos
- Diarreas
- Mucositis (llagas en la boca)
- Hemorragias o hematomas (morados)
- Flebitis (inflamación de las venas del brazo)
- Si tiene dudas relacionadas con los tratamientos o la medicación.



No dude en llamar

Tel: 3341111, extensión 5303

Nuestro horario es de 7:AM a 7 PM de lunes a sábado

- En otro horario o fin de semana debe acudir  a urgencias DEL INSTITUTO NACIONAL DE CANCEROLOGÍA