



Manual de Quimioterapia



FUNDACIÓN
VALLE DEL LILI

Excelencia en Salud al servicio de la comunidad

Manual de Quimioterapia

“Nadie puede saber exactamente como será su experiencia hasta que comience su tratamiento. Aprender sobre la quimioterapia previamente le ayudará a entender su procedimiento y aclarar dudas con su equipo de salud”

Estamos con usted y queremos que lo sepa

Como le habrá explicado su médico y el equipo de enfermería, la enfermedad que usted padece necesita un tratamiento que puede producir efectos secundarios. En sus manos tiene este manual cuyo objetivo es orientarlo a usted y su familia sobre las situaciones que se pueden presentar.

El servicio de Oncología de la Fundación Valle del Lili cuenta con una Unidad de Quimioterapia ambulatoria, hospitalización, Unidad de Radioterapia, yodoterapia, trasplante de médula ósea y consultas onco-hematológicas con personal altamente capacitado en el cual encontrará el apoyo técnico y humano necesarios para resolver sus dudas respecto al tratamiento en general, manejo de signos y síntomas secundarios y algunas soluciones que le pueden ayudar durante su tratamiento.

1. ¿Qué es la quimioterapia?



Es un tratamiento para el cáncer que consiste en el uso de fármacos que retrasan el crecimiento de las células tumorales. La quimioterapia es una de las muchas formas de tratar el cáncer. Puede ser utilizada sola o junto con cirugía y radiación, su médico le explicará cuáles formas de tratamiento y qué medicamentos de quimioterapia son las mejores para usted.

2. Vías de administración:

- V.O.(POR BOCA).
- I.M.(EN EL MÚSCULO).
- I.V. (EN LA VENA).
- I.T. (EN EL CANAL ESPINAL).
- S.C. (SUBCUTÁNEA).

La forma en que reciba la quimioterapia dependerá del tipo de medicamentos que su médico le ordene, la mayoría de los pacientes no notan nada, especialmente cuando reciben su tratamiento, pero cada persona es diferente.

Por lo tanto, si siente algo inusual dígaselo a la enfermera o médico que le está administrando la quimioterapia.

Su médico le puede ordenar la inserción de un catéter vía periférica (PICC) o un catéter implantable para administración de quimioterapia I.V.



Si usted tiene algunos de estos dispositivos, se le brindará una educación adicional para los cuidados y mantenimiento del mismo.

3. ¿Cuál es el objetivo de la quimioterapia?

Dependiendo de su tipo de cáncer y de la etapa de desarrollo, puede utilizarse para alcanzar los siguientes objetivos:

- Curar su cáncer.
- Evitar que el cáncer se propague.
- Retardar el crecimiento del cáncer.
- Destruir las células cancerosas que pudieran haberse propagado a otras partes del cuerpo desde el tumor original.
- Aliviar los síntomas causados por el cáncer.

Manual de Quimioterapia

4. ¿Duración y frecuencia del tratamiento?

Depende de cómo el Cancer responda al tratamiento, y qué tipo de efectos secundarios presente.

Se hará todo el esfuerzo posible para que sus tratamientos se adapten a su tiempo. Es importante entender que su programa de tratamiento es parte de cómo funciona la quimioterapia, por lo cual no debe ser modificado.

5. ¿En dónde recibiré el tratamiento de quimioterapia?

Usted puede recibir sus medicamentos en los siguientes lugares:

- Su hogar.
- En sala de Quimioterapia.
- En hospitalización.



6. ¿Causa dolor la quimioterapia?

Los medicamentos generalmente no deben causar dolor. Si usted siente dolor, ardor, frío u otra sensación rara, avise a su médico o enfermera inmediatamente.

7. ¿Puedo tomar otras medicinas cuando estoy en tratamiento de quimioterapia?

Algunas medicinas pueden interferir con los efectos de su quimioterapia. Para tener la seguridad de que su tratamiento sea lo más eficaz posible, informe a su médico o enfermera todas las medicinas con o sin receta médica que está tomando.

Haga una lista de los medicamentos, la frecuencia, la dosis y la razón por la que los está tomando.

Asegúrese de incluir los preparados que usted no considera medicinas, como aspirina, suplementos nutritivos o de hierbas y vitaminas.

Su médico le indicará si debe suspender alguno de estos medicamentos antes de empezar con la quimioterapia. Una vez iniciados los tratamientos, consulte a su médico antes de tomar nuevas medicinas o suspender las que ya está tomando.

8. ¿Cómo sabré si mi quimioterapia está funcionando?

El grupo médico hará una evaluación acerca de qué tan bien está funcionando su tratamiento, mediante frecuentes exámenes físicos, análisis de sangre y radiografías. Pregúntele a su médico acerca de los resultados de las pruebas. Aunque usted podría experimentar efectos secundarios, éstos no son una indicación de la eficacia del tratamiento.

9. ¿Cómo otorgo mi permiso para este tratamiento?

El médico le pedirá autorización por escrito y firma del consentimiento informado una vez usted conozca los medicamentos, administración, objetivo, duración, efectos secundarios, plan a seguir y después de haber aclarado sus dudas.

El consentimiento es un testimonio de que su médico le ha explicado cuál es su condición, en qué forma le beneficiará la quimioterapia, los riesgos y otras opciones que están a su alcance.

Su firma significa que usted ha recibido esta información y que está dispuesto a iniciarlo. A este proceso se le llama otorgar un consentimiento informado.

10. Efectos secundarios:

Las células normales con mayores probabilidades de ser afectadas son las células productoras de sangre en la médula ósea, así como las células de la boca, del

Manual de Quimioterapia

tracto digestivo, del sistema reproductor y los folículos del cabello y vello. En algunas situaciones, se pueden administrar medicamentos para proteger a las Células normales del cuerpo.

11. ¿Cuáles son los efectos secundarios más comunes?

La mayoría de las personas se preocupan por la posibilidad de experimentar efectos secundarios y cómo serán éstos. Los más comunes incluyen:

- Náuseas y vómitos.
- Caída del cabello.
- Cansancio.
- Diarrea.
- Aumento de probabilidades de moretones y sangrado.
- Infección.
- Anemia - disminución de glóbulos rojos: Cansancio, fatiga, mareo.
- Neutropenia- disminución de neutrófilos: Más propenso a infecciones.
- Trombocitopenia: hemorragias y hematomas.



Durante la quimioterapia se destruyen algunas células de la médula ósea, produciendo menos células sanguíneas, POR ESO ES NECESARIO TENER EL HEMOGRAMA RECIENTE PARA LA APLICACIÓN DE LA QUIMIOTERAPIA. De esta manera el médico y la enfermera pueden hacer los ajustes necesarios de acuerdo a los resultados.

12. ¿Qué puedo hacer con respecto a las náuseas y los vómitos?

Son los efectos secundarios más comunes de la quimioterapia. La frecuencia y la intensidad de los síntomas con las que los sienta dependen de los medicamentos que esté recibiendo y de cómo le estén afectando.

No todos los medicamentos lo producen. Existe la náusea anticipatoria que ocurre antes y después del tratamiento. Normalmente es de corta duración.

13. Técnicas que ayudan con las náuseas y vómitos:

- Evite comidas abundantes para que su estómago no se llene demasiado.

- Ingiera varias comidas ligeras durante el día en lugar de una, dos o tres comidas fuertes.
- Tome líquidos por lo menos una hora antes o después de las comidas.
- Coma y tome líquidos despacio.
- Evite alimentos dulces, fritos o grasosos.
- Coma alimentos fríos o a temperatura ambiente con el objetivo de evitar que los olores fuertes le molesten.
- Si las náuseas son un problema por la mañana, trate de comer alimentos secos, como cereal, pan tostado o galletas, antes de levantarse (no haga esto si siente la boca o garganta irritada o siente la boca seca).
- Trate de evitar olores que le molesten, tales como olores de comida, humo o perfume.
- Descanse en una silla después de comer, pero no se acueste por completo hasta que hayan pasado por lo menos dos horas.
- Respire profundamente y despacio cuando sienta náuseas.
- Distráigase hablando con amigos o familiares, escuchando música o viendo una película o programa de televisión.
- Tome los medicamentos para el vomito según la indicación médica.



14. ¿Qué puedo hacer respecto a la caída del cabello?



Manual de Quimioterapia

La caída del cabello (alopecia) puede ser devastadora. No todos los medicamentos de quimioterapia causan la caída del cabello. Algunas personas únicamente experimentan una pérdida ligera en el volumen del cabello. Su médico le dirá si es probable que su medicamento lo cause. En caso de que pierda el cabello, casi siempre vuelve a crecer después de terminar los tratamientos; sin embargo, puede ser de color y textura diferente.

La caída del cabello puede ocurrir en todas las partes del cuerpo, también se pueden afectar los vellos de la cara, los brazos y las piernas, las axilas y la región púbica. Muy a menudo empieza después de varios ciclos de tratamientos. Al llegar a este punto, la caída del cabello puede ser gradual o en mechones. El pelo que haya quedado puede tornarse opaco y seco.

15. Cuidados que ayudan con la pérdida del cabello:

- Use un champú suave.
- Use cepillos suaves para el cabello.
- Si tiene que usar secadora de pelo, use la temperatura mínima.
- No utilice rizadores de pelo (rulos o tubos) para arreglar su cabello.
- No tiña su cabello ni se haga permanente.
- Use el cabello corto, así lucirá más grueso y pesado.
- Use bloqueador solar, sombrero, pañoleta o una peluca para proteger el cuero cabelludo de los rayos solares.
- Rasurase con máquina eléctrica.
- El cabello se cae pasadas tres semanas del inicio de la quimioterapia.
- El cabello crece nuevamente después de tres semanas de terminado TODO el tratamiento y puede cambiar de color, textura y forma.

16. ¿Cuánto tiempo duran los efectos secundarios?

La mayoría de estos desaparecen gradualmente después de que termina el tratamiento, debido a que las células sanas se recuperan rápidamente. El tiempo de recuperación de algunos efectos secundarios y de recobrar energías varía de una persona a otra y depende de muchos factores, incluyendo su estado de salud, estilo de vida y el tipo de los medicamentos que esté recibiendo.

17. ¿Estaré en condiciones de trabajar durante el tratamiento?

Su capacidad para continuar trabajando, estudiar o hacer otras actividades depende de su tratamiento y de cómo este le afecte. Algunos tratamientos requieren una estadía en la clínica por una o más semanas, pero la mayoría de las personas están en condiciones de trabajar.

18. Cuidados generales para tener en cuenta durante el tratamiento de quimioterapia

- El lavado de manos es el procedimiento de menor costo para prevenir infecciones.



- Evite el uso de tampones durante su periodo menstrual.
- Evite el contacto con personas enfermas.
- Evite el estreñimiento con dieta rica en fibra o laxantes naturales.
- Evite el uso de enemas o supositorios.
- Evite asistir a sitios concurridos por personas (iglesias, estadios, centros comerciales, salas de cine, parques) (en caso de hacerlo usar tapabocas).
- No use plantas ni flores secas en la habitación donde duerme.
- Evite el contacto y manipulación de mascotas.
- Los equipos electrónicos y teléfonos celulares, deben estar limpios y ser de uso exclusivo del paciente.
- Salir acompañado.
- Evitar piscinas, aguas termales y lagos para bañar.
- Usar bloqueador solar, cremas lubricantes, sombrilla si es necesario.
- Intentar no barrer ni limpiar el polvo de la casa (en caso de hacerlo usar tapabocas).
- Realizar oficios de la casa con guantes.
- Restringir visitas.
- Evitar realizar actividades que impliquen riesgo para el paciente.
- **Vacunas:** No debe colocarse ningún tipo de vacunas sin autorización previa.

Manual de Quimioterapia

Como prevenir la Mucositis: (Lesiones que se presentan en la boca)

- Visite a su odontólogo antes de empezar la quimioterapia, para hacerse una limpieza y arreglar cualquier caries, absceso, encías enfermas o dentaduras mal ajustadas que pudiera tener.
- Cepille suavemente sus dientes y encías después de cada comida, usando un cepillo de dientes extra suave; si cepilla sus dientes con fuerza, se puede dañar el tejido blando de la boca.
- Evite el uso de enjuagues bucales de tipo comercial porque generalmente contienen una gran cantidad de sal o alcohol que causa irritación. En lugar de estos utilice enjuagues sin alcohol o prepare agua con bicarbonato de sodio. Mezcle 1 cucharada de bicarbonato diluido en una taza de agua fría y mantenga la solución en su boca por 15 segundos, luego elimínela.
- Si presenta llagas en la boca (estomatitis), comuníquese con su médico o enfermera ya que podría necesitar tratamiento médico.
- Coma alimentos fríos o a temperatura ambiente. Los alimentos calientes o tibios pueden irritar la boca y la garganta que están sensibles.
- Tome muchos líquidos.
- Chupe trocitos de hielo, paletas heladas o caramelos duros sin azúcar.
- Mastique chicle sin azúcar. Humedezca los alimentos secos con mantequilla, margarina, salsas o caldo.
- Moje los alimentos secos y crujientes en líquidos ligeros.
- Coma alimentos suaves o en forma de puré.
- Licúe sus alimentos, no coma alimentos ni jugos ácidos
- Consuma alimentos suaves y fríos como flanes, helados y frutas congeladas.
- Utilice crema de cacao para los labios si estos se tornan secos.

19. Efectos emocionales y sexualidad:

El cáncer no es una enfermedad contagiosa o transmisible, usted y su pareja pueden tener ahora sentimientos de incertidumbre acerca de sus relaciones sexuales.

Durante el tratamiento usted quizás sufra de poco o nulo interés o deseo en el sexo, debido a que muchos medicamentos ocasionan disminución de la energía física y se experimenta fatiga, dolor o náuseas; pero cuando usted termine su tratamiento puede tener deseo de reasumir su actividad sexual.

Las alteraciones en la imagen corporal pueden influir en sus sentimientos y apetito sexual; aunque usted no acostumbre hablar de sus sentimientos sexuales, debe tratar de dialogar con su pareja acerca de sus temores, es necesario

explorarlos juntos para enfrentarlos, si usted admite estar inseguro por los cambios ocasionados por su enfermedad y tratamiento, estará dispuesto a enfrentar la situación con el apoyo y cariño que necesita. Su pareja puede rehusar el inicio de las relaciones sexuales por miedo de ejercer presión psicológica sobre usted y obligarlo a realizar algo para lo cual no está listo aún. También pueden estar temerosos de herirlo debido a la localización de su cáncer o al tratamiento quirúrgico, ya que esto puede hacer que las posiciones tradicionales sean más cómodas. La cirugía del cáncer de próstata puede causar impotencia. Puede haber dolor durante la relación sexual. Si el tratamiento ha disminuido la cantidad normal de humedad vaginal (lubricación), el orgasmo quizás puede ser más difícil de alcanzar, por lo tanto es mejor que usted tome la iniciativa y muestre su deseo por el contacto físico, demuestre a su pareja que está interesado en el contacto sexual, así como en otras expresiones de afecto tales como abrazos, besos y caricias. Recuerde que su pareja lo quiere a usted por su ser y no solamente por su cuerpo sexual, su médico puede sugerir las soluciones para cada uno de esos problemas. La llave es encontrar otra opción y formas distintas para dar y recibir placer. Usted necesita dar estabilidad y seguridad.



Mantener una nutrición adecuada antes, durante y después del tratamiento es importante. El objetivo general es conservar calorías y proteínas necesarias para preservar el peso y fortalecer el sistema inmunológico (fortalecer las defensas).

20. Cuidados con la alimentación

PRODUCTOS CÁRNICOS:



Consuma:

- Carnes bajas en grasa, bien cocidas, asadas y freídas.
- Todas las carnes: aves, pescado, res y productos de mar (calientes, bien cocidos y asados).

Manual de Quimioterapia

- Embutidos dentro de las 12h siguientes a su apertura (salchichón, jamón, mortadela, salchichas, chorizos).
- Si los alimentos son enlatados, lavar previamente las latas con agua y jabón antes de abrirlas, y consumirlos dentro de las 12 horas después de su apertura.

Evite:

- Vísceras de res, pollo y cerdo.
- Carnes muy condimentadas.
Evite comer mariscos como camarones, ostras, langostinos, ceviche y sushi crudos.
- Carnes frías no empacadas al vacío y que son proporcionadas y distribuidas en salsamentarías.
- Carnes a media cocción (tres cuartos).
- Licuados en casa con hígado crudo.

LÁCTEOS

Consuma:

- Jugos pasteurizados y procesados.
- Leche pasteurizada y refrigerada.
- Queso amarillo procesado (pasteurizado).
- Postres preparados en casa.
- Consumir lácteos dentro de las 12h siguientes a su apertura.
- Licuados y batidos con leche.
- Yogurt sin probióticos.
- Helados empacados individualmente.
- Consuma mantequilla de maní, girasol o canola preferiblemente.
- Huevo bien cocido, garantizar que la yema quede compacta en cualquier preparación.

Evite:

- Queso cuajada, campesino y/o costeño.
- Productos comerciales que contengan leche (postres).
- Helados de crema servidos de máquina.
- Yogures caseros o de tiendas vegetarianas.

FRUTAS, VEGETALES Y HORTALIZAS

Consuma:

- Frutas cítricas (naranjas, limones).
Lave todas las frutas y verduras perfectamente con agua corriente, incluso si planea quitarles la cáscara.
- Prefiera los jugos preparados en casa, de lo contrario utilice solo jugos pasteurizados y procesados.
- Consuma vegetales preparadas al vapor durante 10 minutos y no crudas (brócoli, coliflor y repollo).
- Las fresas, moras y uvas debe pasarlas por agua hervida y caliente durante 3 minutos antes de consumirlas.
- Pele las frutas en el momento que las vaya a consumir.
- Prepare las ensaladas en el momento que las vaya a consumir, puede utilizar aderezos.
- Son seguras las frutas enlatadas.
- Prepare la pulpa de la fruta en casa.
- Aumente la cantidad de fibra (frutas, vegetales y cereales integrales, brócoli, coliflor y repollo).



Evite:

- Barras de ensalada o ventas callejeras.
- Vegetales crudos.
- Frutas proporcionadas en puestos callejeros o restaurantes.

MISCELANEOS

Consuma:

- Legumbres (frijoles, garbanzos, blanquillos y lentejas) son ricos en fibra (no recalentados).
- Consuma cereales fríos y/o calientes.
- Consuma productos como salvado y avena si hay estreñimiento.
- Panes de granos integrales.
- Si comer alimentos sólidos es un problema, beba suplementos líquidos (bebidas especiales que contengan nutrientes), sopas, leche, jugos, licuados y batidos.



Manual de Quimioterapia

- Consuma coladas, avena y cremas preparadas en casa.
- Utilice preferiblemente aceite de oliva, soya, maíz o girasol (no los reutilice).

Evite:

- Ensaladas comerciales pre cocidas con arroz y pasta.
- Encurtidos que vengan en recipientes grandes.
- Agua de la llave sin hervir.

RECOMENDACIONES GENERALES

- Evite los alimentos picantes, grasosos o con olores fuertes.
- Consuma porciones más pequeñas pero con más frecuencia.
- Verifique siempre fechas de vencimiento.
- Consuma alimentos preparados del día.
- Planifique los menús con anticipación para que haya variedad.
- Coma los alimentos preferidos y pruebe alimentos nuevos cuando ya se sienta bien.
- Refrigere los alimentos dentro de las 2 horas desde la cocción y consúmalos dentro de las 24 horas siguientes.
- Compre alimentos envasados en porciones individuales.
- Beba líquidos incluso si no tiene sed, los mismos evitan el estreñimiento, previenen infecciones urinarias y contribuyen a eliminar toxinas.
- Consuma gelatinas, postres y pasteles preparados en casa.
- Coma despacio y en un ambiente tranquilo, si es posible acompañado.
- También puede incluir suplementos alimenticios que contengan proteínas, siempre y cuando sean avalados por el médico tratante.
- Evite las bebidas que contienen cafeína, como los refrescos con soda (gaseosa), el café y chocolate (tanto calientes como fríos).
- Evite beber líquidos antes o con las comidas para prevenir que se sienta satisfecho.
- Si es posible, tenga tablas de picar diferentes para las carnes crudas, alimentos cocidos, las frutas y verduras, o realice lavado con cada alimento.
- Una caminata antes de comer contribuye a abrirnos el apetito.
- Mastique bien los alimentos.
- Disminuya el contenido de azúcar en los alimentos.
- No se acueste inmediatamente después de ingerir alimentos.



- Evite contacto con levadura cruda.
- Consuma agua tratada en envases individuales, no de botellón o hervida durante diez minutos. Para el consumo diario, no de botellón grande.
- Lave sus manos y las superficies donde prepara sus alimentos antes y después de hacerlo.
- No se esfuerce por ingerir alimentos cuando tenga náuseas o vómito. Sin embargo comer bien es importante para su recuperación, y poco a poco se sentirá mejor.

21. ¿Cuándo consultar al servicio de urgencias?

Si usted se da cuenta de cualquier cambio físico e irregularidad. No subestime sus síntomas físicos.

Aunque algunos efectos secundarios son lo esperado, pasajeros y menores, hay otros que señalan problemas potenciales graves.

- Dolor de cabeza intenso.
- Visión borrosa – fosfenos.
- Pérdida de la conciencia.
- Pérdida de la memoria.
- Cambios de comportamiento.
- Irritabilidad o somnolencia.
- Estreñimiento.
- No producción de orina.
- Sangrado por boca, nariz o en vómito, orina, deposición, puntos rojos o morados en la piel.
- Dolor que no cede con medicación.
- Ardor o dolor al orinar.
- Sensación de ahogo o asfixia.
- Fiebre mayor o igual de 38 – 38.5°C°.
- Ampollas, erupciones o úlceras en la piel.
- Edema, eritema, calor y/o rubor en sitio de canalización o catéter.
- Respiración con esfuerzo o silbido.
- Escalofrío intenso.
- Diarrea o vómitos prolongados.

Recuerde que la persona más importante en el cuidado y seguimiento durante su tratamiento de quimioterapia es USTED. Es absolutamente esencial que siga las recomendaciones de su médico y/o enfermera.

Manual de Quimioterapia

Cuidarse adecuadamente puede ser un factor importante para la efectividad de su tratamiento.

Los efectos secundarios que se mencionan son solo efectos posibles. Usted puede presentar solo algunos o ninguno de ellos.

Estar en tratamiento de quimioterapia no significa restringir sus actividades diarias, puede realizarlas con algunos cambios en sus hábitos

TODAS ESTAS RECOMENDACIONES CONTRIBUYEN A QUE SU RECUPERACIÓN SEA MÁS RÁPIDA.

**Unidad de Oncología
Fundación Valle Del Lili
Consulta Externa
3319090 – 3317474
Ext. 7752 – 7805 – 7809 - 7822**



**UNIDAD DE
ONCOLOGÍA**

Agos. /2014



Excelencia en Salud al servicio de la comunidad

FUNDACIÓN VALLE DEL LILI
Carrera 98 No. 18-49 Teléfono: 331 9090
www.valledellili.org