



Hospital y Clínicas de Stanford

Cómo afrontar y entender su quimioterapia

Presentado por:

Margaret Hawn, RN, Janice Kolsovsky, RN, Beverly Wheat, RN, Chris Tucker, RN, and Denise Roldan, RN

Programa de Apoyo para el Cáncer de Stanford

Updated 1/28/2014



¿Qué es el cáncer?

El cáncer es un crecimiento anormal de las células normales

Células normales

Han establecido un ciclo de crecimiento

Inhibición por contacto

No se trasladan metástasis

Células cancerosas

Crece incontrolablemente

Invaden áreas adyacentes

Pueden trasladarse o hacer



STANFORD
HOSPITAL & CLINICS

Stanford University Medical Center



Tratamientos para el cáncer

- Cirugía
- Radioterapia
- Bioterapia
- Hormonoterapia
- Quimioterapia



STANFORD
HOSPITAL & CLINICS

Stanford University Medical Center



Bioterapia/terapia dirigida

- Este tipo de tratamiento está diseñado para atacar las células cancerosas sin lesionar las células normales del cuerpo.
- Constituye una categoría de medicamentos que funciona de diferentes maneras para favorecer la identificación y el combate de las células cancerosas por parte del sistema inmunológico.
 - Actúa al estar dirigida a moléculas específicas que se encuentran solamente en las células tumorales
 - Puede funcionar mediante el bloqueo de vías específicas para prevenir el crecimiento del tumor y su diseminación



Bioterapia/terapia dirigida

Si su cáncer es un tipo particular y específico, quizás esto sea parte de su tratamiento.

- Los ejemplos incluyen:
 - *Herceptin* (trastuzumab)
 - *Rituxan* (rituximab)
 - *Avastin* (bevacizumab)
 - *Erbitux* (cetuximab)
- Puesto que estos fármacos se dirigen a células específicas, causan menos toxicidad.
- Los efectos secundarios son diferentes a los que se presentan en la quimioterapia general.



Hormonoterapia

- Cuando el cáncer se presenta en la mama o en el tejido de la próstata, las hormonas del organismos pueden acrecentar su crecimiento y diseminación
- La hormonoterapia suprime el crecimiento del tumor mediante el bloqueo de las hormonas del cuerpo.



¿Qué es la quimioterapia?

- Se refiere a una categoría de fármacos usados para matar las células cancerosas.
- Actúa interfiriendo con la capacidad de la célula cancerosa para crecer o reproducirse.
- Dificulta la reproducción de las células cancerosas que se dividen **rápidamente**.



¿Cómo se administra la quimioterapia?

- Por vía oral
- Inyección
- Infusión intravenosa
 - Tiempo determinado
 - Continua, mediante bomba de infusión



Algunas personas tienen venas de difícil acceso o tienen ansiedad ante una vía intravenosa. A estas personas se les puede recomendar dispositivos de acceso venoso especial.



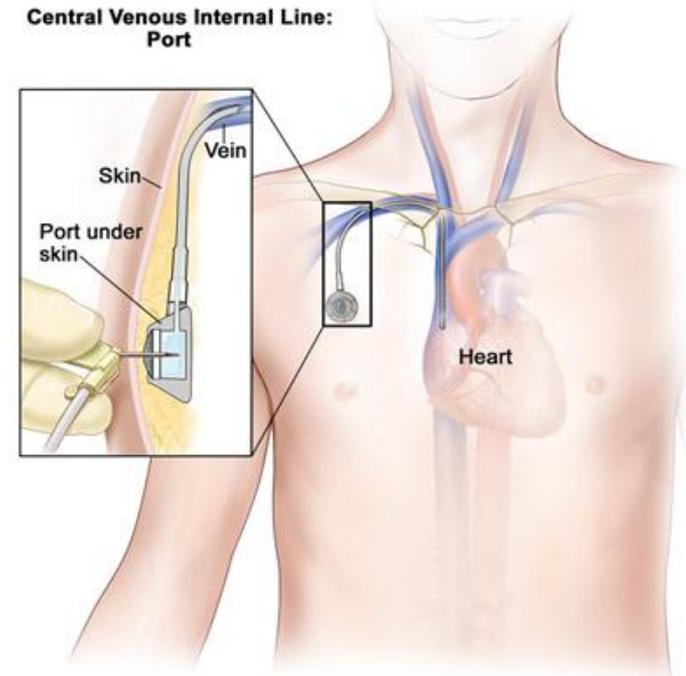
STANFORD
HOSPITAL & CLINICS

Stanford University Medical Center



Dispositivos de acceso vascular

Estos pueden recomendarse para pacientes que tienen dificultades con las extracciones de sangre o para que se les coloquen vías intravenosas en múltiples ocasiones. Estos accesos venosos (Mediports) se implantan quirúrgicamente en la parte superior del pecho, mientras que las líneas centrales colocadas periféricamente (PICC), se insertan en una vena grande en el brazo y requieren cambios de apósito semanalmente. Para minimizar el dolor, se cuenta con una crema para adormecer la piel.





¿Por qué provoca efectos secundarios la quimioterapia?

- La quimioterapia mata las células cancerosas que se dividen rápidamente. Algunos efectos secundarios resultantes de matar las células cancerosas son los efectos de la quimioterapia en las células NORMALES que se dividen rápidamente.
- Estas células saludables incluyen los folículos pilosos, médula ósea, tubo digestivo, piel y tejido reproductivo.
- Los efectos secundarios más comunes incluyen fatiga, recuento bajo de células sanguíneas, náuseas, caída del cabello, llagas en la boca, neuropatía periférica, cambios en la función intestinal, funcionamiento sexual y reproducción, "quimiocerebro" y depresión o estrés





Fatiga

Cansancio que varía en intensidad durante el curso de tratamiento

Causado por:

- Medicamentos de quimioterapia
- Anemia
- Desnutrición/deshidratación
- Estrés emocional/cambios del patrón del sueño
- Dolor y medicamentos para el dolor

Tratamiento:

- Ejercicio
- Buena nutrición/hidratación
- Actividades de relajación (yoga/meditación/masaje)
- Transfusiones de glóbulos rojos

Tenga en cuenta que la fatiga puede ser acumulativa.



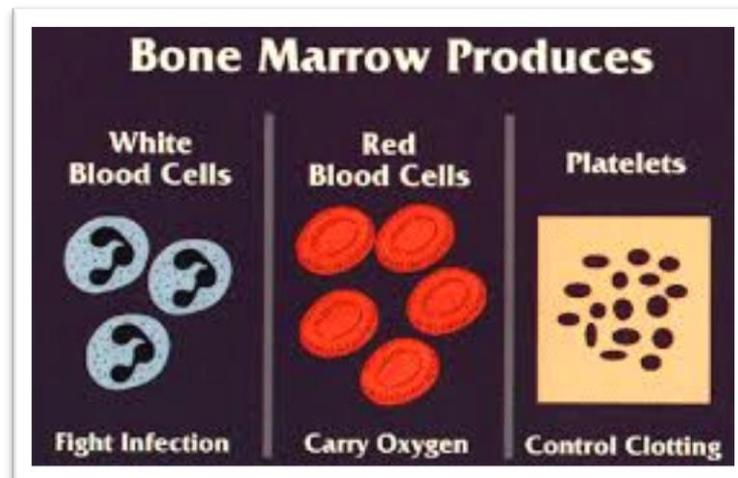
STANFORD
HOSPITAL & CLINICS

Stanford University Medical Center



Efectos de la quimioterapia en la médula ósea

- Los quimioterapéuticos frenan la producción de células sanguíneas en la médula ósea
- Los recuentos bajos de **glóbulos rojos** causan anemia
- Los recuentos bajos de **plaquetas** aumentan el riesgo de problemas de sangrado
- Los recuentos bajos de **glóbulos blancos** aumentan el riesgo de infección





Neutropenia e Infección

El recuento bajo de glóbulos blancos (específicamente de neutrófilos) se traduce en menor inmunidad y puede conducir a infecciones graves.

Las infecciones pueden conducir a:

- Que se sienta enfermo
- Necesidad de medicamentos adicionales
- Retrasos en el tratamiento
- Hospitalización



STANFORD
HOSPITAL & CLINICS

Stanford University Medical Center



Síntomas de Infección

- **Fiebres y escalofríos o temperatura mayor de 100.4F o 38C**
- Dolor de garganta, tos, dificultad para respirar, dolor en el pecho
- Cambios urinarios - dolor o ardor al orinar
- Hinchazón en cualquier área, especialmente si se acompaña de dolor o calor o enrojecimiento

**Si tiene fiebre llame a su médico
(650) 498-6000 seleccione #5**

- Asegúrese de disponer de un termómetro
- Para no enmascarar la fiebre, no tome Tylenol





Cómo evitar la infección

- **LÁVESE LAS MANOS CON FRECUENCIA!**
 - Antes de las comidas
 - Después de usar el baño
 - Después de tocar animales
- Limpie sus cortadas con agua y jabón y aplique antiséptico
- Trate de mantener las manos alejadas de la cara
- Use guantes cuando haga jardinería o realice tareas domésticas
- Mantenga buena higiene personal y bucal
- Manténgase alejado de las personas que están obviamente enfermas
- Pídale a alguien que se encargue de atender a las mascotas
- Evite los huevos crudos, el sushi
- Evite manicuras y pedicuras
- Use las máscaras
- Refuerzos para los glóbulos blancos (*Neulasta/Neupogen*)
- Vacuna contra la influenza



STANFORD
HOSPITAL & CLINICS

Stanford University Medical Center



Náuseas

Causadas por la influencia del fármaco de quimioterapia en el cerebro, ansiedad, estrés. Diferentes quimioterapéuticos causan grados variables de náuseas. Algunos no causan náuseas.

Tratamiento:

- Medicamentos contra las náuseas – la prevención es la clave
- Pequeñas comidas frecuentemente
- Manténgase bien hidratado
- Jengibre
- Visualización guiada
- Actividades de relajación como yoga/meditación/música
- Acupuntura, acupresión



Llame a su médico si las náuseas empeoran



Caída del cabello

Causada por fármacos quimioterapéuticos, al retrasar el crecimiento de los folículos pilosos que se dividen rápidamente

- No todas las quimioterapias causan la caída del cabello
- Ocurre generalmente dentro de 1 a 3 semanas del inicio del tratamiento
- Seleccione pelucas, bufandas, sombreros antes de que se le caiga el cabello
- El cabello empieza a crecer nuevamente cerca de un mes después de que se detiene el tratamiento
- El color y la textura del cabello nuevo puede ser diferente
- El efecto sobre otro vello corporal varía
- Visite “El Banco de Pelucas” del Centro de Cáncer de Stanford



STANFORD
HOSPITAL & CLINICS

Stanford University Medical Center



Llagas en la boca

- Causadas por la acción de la quimioterapia sobre las células que se dividen rápidamente en el tubo digestivo
- Los síntomas pueden incluir enrojecimiento, sequedad, ardor debido a aftas bucales o parches/capa blanca en la boca
- El tratamiento incluye:
 - Cepillado suave de dientes con cepillo de cerdas suaves
 - Enjuague de agua con sal cuatro veces al día (1/4 de cucharadita en una taza de agua)
 - El beber líquidos en abundancia
 - Medidas para el control del dolor
 - Evitar productos para blanquear los dientes o pasta dental para el control del sarro
 - Uso delicado del hilo dental
 - Si es posible, acuda a una limpieza dental de rutina antes de comenzar la quimioterapia. Evite las limpiezas y procedimientos dentales durante la quimioterapia.

Llame a su médico si desarrolla llagas en la boca.



Neuropatía periférica

- Lesión de los nervios periféricos causada por algunos quimioterapéuticos
- Sensación de entumecimiento, hormigueo, ardor
- Generalmente en las manos o pies
- Puede aumentar con tratamientos múltiples
- La mayoría de los síntomas se resuelven con el tiempo

- Tratamiento
 - Medicamentos
 - Ejercicio físico
 - Acupuntura

Dígale a su médico si tiene estos síntomas.



Estreñimiento

- Causado por
 - ciertos medicamentos de quimioterapia
 - medicamento contra las náuseas (*Zofran*)
 - medicamentos para el dolor
 - deshidratación
 - disminución de la actividad
- Tratamiento
 - alimentos ricos en fibra (ciruelas pasas, cereales de salvado, verduras)
 - hidratación adecuada
 - actividad física
 - ablandadores de heces (es decir, *Colace* o versión genérica del docusato)
 - laxantes (Leche de magnesia, *Senokot*, *Dulcolax*, *MiraLax*)



Llame si no evacua en 3 días.



Diarrea

- Causada por
 - Ciertos medicamentos de quimioterapia
 - Antibióticos
 - Infección
 - Ansiedad, estrés
- Tratamiento
 - Medicamentos antidiarreicos (loperamida "*Imodium*")
 - Hidratación adecuada
 - Alimentos blandos bajos en fibra
 - Evite las comidas grasosas, picantes, cafeína

Llame si presenta 5 o más evacuaciones líquidas en 24 horas.



Nutrición

- Cambios en el apetito
- Alteraciones del gusto y del olfato
- Pérdida o aumento de peso
- Mantenga una dieta equilibrada, alta en proteínas
- Beba 8-10 vasos de líquido al día (2 litros, un galón)
- Evite la cafeína en exceso (no más de 2 tazas por día), alcohol, suplementos dietéticos de dosis alta
- Revise los suplementos herbales o dietéticos con su médico



Solicítele a su médico una referencia a una dietista.

Erika Connor, RD, CSO

Allison Ryan, RD, CSO



Sexualidad

Dese permiso para hablar de temas sexuales con su pareja y con el personal que le atiende.

- Si se siente dispuesto, no está mal tener sexo mientras recibe quimioterapia.
- A veces las personas perciben una disminución en el deseo sexual durante la quimioterapia
- Las mujeres pueden presentar resequedad vaginal o dolor durante las relaciones sexuales
- Alteraciones reproductivas
 - Desaparición temporal o permanente de los períodos
 - Esterilidad temporal o permanente
 - Inicio de los síntomas menopáusicos
 - Use métodos anticonceptivos para evitar el embarazo durante la quimioterapia

<http://www.fertilehope.org/>

Sin fines de lucro ayuda a los pacientes con cáncer con riesgo de infertilidad



STANFORD
HOSPITAL & CLINICS

Stanford University Medical Center



Cambios cognitivos o "quimiocerebro"

- **Síntomas**
 - Pérdida de la memoria/olvido
 - Dificultad para encontrar las palabras
 - Disminución de la capacidad para prestar atención
 - Obnubilación mental
- **Causas:**
 - Estrés, depresión, ansiedad
 - Fatiga
 - Medicamentos (quimioterapia y no quimioterapéuticos)
 - Cambios hormonales
- **Tratamiento:**
 - Tenga una agenda para planificación
 - Haga una lista permanente de preguntas para su médico
 - Ejercite su mente
 - Mantenga una buena nutrición
 - Monitorice sus problemas de memoria



STANFORD
HOSPITAL & CLINICS

Stanford University Medical Center



Impacto emocional

Es **normal** sentir cierta angustia emocional cuando se hace frente al diagnóstico de cáncer y al recibir quimioterapia.

Estrategias de adaptación:

- Hable con amigos y familiares
- Únase a un grupo de apoyo
- Ejercítese cuando sea posible
- Anote sus pensamientos y sentimientos
- Utilice los ejercicios de imaginación y relajación
- Recorra al arte, el humor y la música
- Establezca objetivos y recompensas para usted mismo



Cuándo buscar ayuda profesional

- Si los síntomas de ansiedad, tristeza, depresión persisten o interfieren en las rutinas diarias, informe a su profesional de la salud acerca de cómo se siente.
- Usted puede ser referido a un profesional que atiende angustia emocional, es decir un trabajador social clínico con licencia, un psicólogo o psiquiatra.
- Los trabajadores sociales de oncología están disponibles en el área de tratamiento de infusión para hablar con usted y su familia.
- Los medicamentos pueden ser útiles.



Cómo preparar a familiares y amigos

- Muchos estudios han demostrado que los niveles de angustia en cónyuges/cuidadores fueron tan altos como en los pacientes.
- Involucre a su familia en diálogos con el personal médico.
- Permita que la gente le ayude.
- Considere utilizar un sitio web personalizado para el paciente (www.caringbridge.org, www.carepages.com)



Programa de Apoyo para el Cuidado del Cáncer

Proporciona actividades gratuitas de apoyo para pacientes con cáncer, sus familias y amigos, que pasan por todas las fases de su tratamiento y sobrevivencia. Nuestros programas son gratis y a la disposición de todos los pacientes con cáncer actuales y previos, Stanford y otros.

El Programa de Cuidado de Apoyo del Cáncer proporciona:

- Ayuda personal con la coordinación de su cuidado
- Clases y talleres sobre diversos temas
- Grupos de apoyo
- Oportunidades de ejercicio y acondicionamiento físico
- Masaje de silla
- Banco de pelucas mensuales
- Véase el folleto para el listado completo

Holly Gautier, RN, BSN
Director, Programa de Apoyo para el Cuidado del Cáncer
650-725-9481





Identificación de recursos y programas de apoyo

- Programa de Apoyo para el Cáncer de Stanford
- Póngase en contacto con organizaciones para el cáncer locales y nacionales (*American Cancer Society, National Cancer Institute*)
- Biblioteca de Salud de Stanford (Cancer Center, Hoover Pavilion)
- Programa de Sobrevivencia de Stanford
- Sitios en el Internet, (precaución) use sitios confiables



Las personas que tienen la mejor experiencia

- **Son participantes activos en su propio cuidado**
- Mantienen una lista permanente de preguntas
- Obtienen información confiable
- Buscan el apoyo de una variedad de fuentes



Gira por el ITA (Area de tratamiento de infusión)

- Existen diferentes tipos de "estaciones" de tratamiento en el ITA: estaciones de atención rápida para las inyecciones simples, sillas cómodas en grandes zonas soleadas, y habitaciones privadas con camas.
- Las extracciones para laboratorios se realizan en el ITA para pacientes con PICC, Mediports o aquellos que regresarán para quimioterapia más tarde el mismo día. Las pacientes de Women's Cancer Center se someten a extracción sanguínea allí.
- Después de registrarse en la recepción hay una corta espera mientras una enfermera hace una comprobación minuciosa de las órdenes y los resultados de pruebas realizadas. Una vez que la auxiliar de enfermería le asigna su espacio en la zona de tratamiento, la enfermera le dará la bienvenida, administrará premedicación y evaluará su vía intravenosa. Aproximadamente 30 minutos más tarde su quimioterapia estará lista y puede comenzar su tratamiento.
- La duración del tratamiento varía de 1 a 8 horas dependiendo del tipo de tratamiento. Por favor, consiga que alguien le lleve a casa después del primer tratamiento.





Gira por el ITA

- Los visitantes mayores de 12 años son bienvenidos. Debido a limitaciones de espacio y privacidad, solicitamos un visitante por paciente en un momento dado.
- Por favor, coma normalmente el día del tratamiento. Quizá quieras traer comida o un refrigerio con usted. Podemos ofrecerle jugo y galletas a lo largo de su visita y contamos de una cocina con nevera y microondas para su comodidad.
- Los televisores individuales para pacientes incluyen la programación normal y estaciones en lengua extranjera.
- Tenemos a su disposición acceso a Internet inalámbrico (Wi-Fi) (*solicite el código de acceso al presentarse*).
- Use ropa cómoda que incluya un suéter o chaqueta ligera. Las habitaciones son a menudo algo frías. Para su comodidad, se ofrecerán mantas calientes.
- Utilice su cuenta en línea MyHealth para verificar las fechas y las horas de sus citas.
- Tenemos personal en el ITA disponible todo el tiempo para confirmar o programar citas futuras.