

Diarrea

¿Qué es la diarrea?

La diarrea es la evacuación blanda o acuosa y frecuente. Puede darse varias veces al día, con o sin molestias, como ser gases, calambres e hinchazón.¹ La diarrea es un efecto secundario común, que afecta a 3 de cada 4 personas que reciben quimioterapia, y que puede ser fatal si lleva a la deshidratación, desnutrición y desequilibrio de electrolitos.^{1,2} La diarrea puede durar hasta 3 semanas luego del tratamiento.³

¿Por qué el tratamiento para el cáncer provoca diarrea?

- La quimioterapia destruye células cancerosas. Lamentablemente, cuando el tratamiento afecta el revestimiento de las células saludables del aparato digestivo, puede provocar diarrea.^{1,4}
- El tratamiento cambia la distribución de líquidos corporales al:
 - Disminuir la absorción de fluidos en el cuerpo
 - Aumentar los fluidos en los intestinos

¿Qué efectos me puede producir la diarrea?

Además de los síntomas detallados anteriormente, puede padecer los siguientes síntomas debido a los bajos niveles de potasio y sodio.⁴

- Palpitaciones o arritmia
- Dolores de cabeza
- Fatiga
- Náuseas
- Calambres musculares

¿A qué debo prestar atención si tengo diarrea?

Si tiene diarrea, es muy importante que su cuerpo reciba la cantidad indicada de fluidos y que reconozca si hubo cambios ocasionados posiblemente por la deshidratación. Llame a su médico o al personal de enfermería si padece de:

- Boca seca o sed excesiva⁵
- Mareos o debilidad⁵
- Pérdida de 5 o más libras de peso⁵
- Poco o nada de orina⁵
- Calambres estomacales por 2 o más días⁶
- Estómago inflado o hinchado⁶

¿Qué puedo hacer para ayudar a controlar la diarrea?⁶

- Intente mantener una dieta de líquidos claros (como ser agua, caldo solo y jugo de manzana)
- Coma poco y con frecuencia
- Consuma alimentos o bebidas ricas en potasio (como ser bananas, damascos, papas o bebidas rehidratantes)
- Trate de comer pequeñas cantidades de alimentos bajos en fibra cuando la diarrea empieza a mejorar (como ser arroz blanco, fideos y tostadas secas)
- No coma cereales o pan de grano entero, o alimentos hechos con salvado
- No consuma bebidas con cafeína, leche, alcohol o bebidas carbonatadas
- No coma alimentos grasosos, fritos o picantes

La información incluida aquí no es exhaustiva y está pensada sólo como guía.

Es importante que hable con su médico o con el personal de enfermería si la diarrea continua por más de 24 horas o si sufre de dolores o calambres además de la diarrea, para que pueda recibir un tratamiento sin demoras.

Otras sugerencias de los proveedores de cuidado de la salud:

Referencias: **1.** American Cancer Society (Sociedad Estadounidense de Cáncer). Making treatment decisions: what are the possible side effects of chemotherapy? (Tomar decisiones con respecto al tratamiento: ¿cuáles son los posibles efectos secundarios de la quimioterapia? Disponible en: http://www.cancer.org/docroot/ETO/content/ETO_1_4X_What_Are_The_Side_Effects_of_Chemotherapy.asp. Acceso del 12 de julio de 2006. **2.** Saltz LB. Understanding and managing chemotherapy-induced diarrhea (Comprensión y tratamiento de la diarrea provocada por la quimioterapia). J Support Oncol. 2003;1:35-46. **3.** American Cancer Society (Sociedad Estadounidense de Cáncer). Coping with physical & emotional changes: diarrea. Disponible en: http://www.cancer.org/docroot/MBC/content/MBC_2_3X_Diarrhea.asp. Acceso del 19 de julio de 2006. **4.** NCH Healthcare System. Chemotherapy-induced diarrhea (diarrea provocada por la quimioterapia). Disponible en: <http://cancer.nchmd.org/treatment.aspx?section=chemotherapy&id=1002>. Acceso del 19 de julio de 2006. **5.** American Cancer Society (Sociedad Estadounidense de Cáncer). Coping with physical & emotional changes: fluidos y deshidratación. Disponible en: http://www.cancer.org/docroot/MBC/content/MBC_2_3X_Fluids_and_Dehydration.asp. Acceso del 20 de julio de 2006. **6.** American Cancer Society (Sociedad Estadounidense de Cáncer). Coping with physical & emotional changes: ¿Qué debo saber y hacer con respecto a la diarrea? Disponible en: http://www.cancer.org/docroot/PN/answers/faq_about_diarrhea.asp. Acceso del 20 de julio de 2006.



sanofi aventis

Because health matters