

# Mitos y realidades de la quimioterapia:

## Náusea y vómito después de la quimioterapia

*Un folleto de preguntas y respuestas*



Investigado y escrito  
por una superviviente  
de cáncer

## Información personal

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Ciudad: \_\_\_\_\_

Estado o provincia: \_\_\_\_\_

C.P.: \_\_\_\_\_

Teléfono(s): \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

## Proveedor de servicios de salud

Nombre: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

## En caso de urgencia, notificar a:

Nombre: \_\_\_\_\_

Teléfono(s): \_\_\_\_\_

Relación o parentesco: \_\_\_\_\_

## Introducción

La náusea y el vómito solían ser resultados esperados de la quimioterapia, pero la ciencia y la medicina han hecho grandes avances para reducir o eliminar estos desagradables efectos secundarios.

Ahora sabemos más sobre cómo y por qué algunas quimioterapias producen náusea y vómito, y contamos con mejores medicamentos para prevenir o controlar tales efectos secundarios. Dichos medicamentos se llaman "antieméticos".

Pero el problema no se ha resuelto del todo. Muchos pacientes todavía sufren algún grado de náusea, vómito o ambos después de sus sesiones de quimioterapia. Yo escribí este folleto para ayudarle a usted a decidir si necesita más ayuda y a saber cómo solicitar la ayuda que requiere.

Traté de que el folleto le resultara interesante, para leerlo mientras está recibiendo su quimioterapia o descansando en casa. Al final, encontrará algunos recursos adicionales que podrían serle útiles.

Le deseo la mejor de las suertes durante este difícil periodo.

*Maris S.*

*Paciente con cáncer de ovario en estadio II  
Diagnosticada en 2003*

# Instrucciones

## ¡Vamos... diviértase un poco!

Hemos diseñado este folleto para que usted obtenga las respuestas a ciertas preguntas e ideas que la gente suele tener sobre la quimioterapia. Le sorprenderá descubrir algunos de los mitos y realidades sobre estos tratamientos.

Conforme avance por el folleto, verá en las páginas del lado derecho una serie de preguntas de “verdadero o falso” acerca de la quimioterapia, la náusea o el vómito. Sólo dé vuelta a la página para descubrir si la respuesta correcta indica que es un mito o una realidad. También encontrará la explicación médica de por qué esa afirmación en particular es verdadera o falsa.

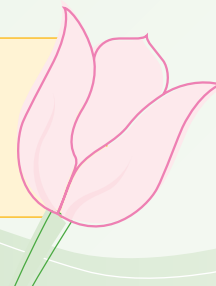
Así que ponga a prueba sus conocimientos. Déle vuelta a la página para descubrir la verdad sobre la quimioterapia, la náusea y el vómito... y ojalá que tenga un buen día.

*Maris S.*

# P:

## Todas las quimioterapias provocan náusea o vómito.

### ¿Verdadero o falso?



**R:** Falso.

### Las diferentes personas reaccionan a la quimioterapia de distintas maneras.

Aunque algunos medicamentos para quimioterapia tienen más probabilidades de causar náusea o vómito, cada quien reacciona diferente a los distintos esquemas. Es importante recordar que, incluso con los medicamentos que se considera poco probable que causen náusea o vómito, hasta el 10% de los pacientes sufrirán estos desagradables efectos. Es por ello que los médicos no pueden predecir con exactitud quién se verá afectado.

Sin embargo, se conocen algunos factores de riesgo que aumentan las probabilidades de presentar náusea o vómito después de la quimioterapia. Estos factores son:

- Ser mujer
- Tener menos de 50 años de edad
- Haber padecido náusea o vómito después de una quimioterapia previa
- Tener antecedentes de mareo por el movimiento, náusea durante el embarazo o ambos

Infórmele (o recuérdale) a su médico o enfermera especialista si tiene algunos de estos factores de riesgo, de modo que usted reciba el tratamiento que necesita.

**En resumen:** Su médico no puede predecir de antemano cómo reaccionará usted a la quimioterapia, de modo que es usted quien debe hacerle saber si presenta efectos secundarios... para recibir el tratamiento que necesita.

**P:**

A veces, es necesario usar más de una clase de antiemético.

¿Verdadero o falso?



# R: Verdadero.

Algunas personas necesitan dos o hasta tres antieméticos para controlar la náusea o el vómito.

Algunas quimioterapias producen náusea o vómito sobre todo en las primeras horas después de administrarlas, y otras ocasionan un periodo de náusea o vómito que se extiende hasta cinco días después.

De igual manera, algunos antieméticos funcionan mejor para la náusea y el vómito inmediatos, y otros funcionan mejor para la náusea y el vómito tardíos. Recuerde que cada antiemético funciona de una manera principal, de modo que ningún medicamento puede proteger completamente a cada persona de la náusea y el vómito asociados con la quimioterapia.

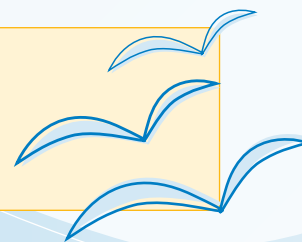
Muchas personas reciben antieméticos durante la quimioterapia; algunas reciben una receta o prescripción de antieméticos que deben tomar en casa. Tome todos sus antieméticos tal como estén indicados, para optimizar sus probabilidades de evitar y controlar la náusea y el vómito. Y si los medicamentos que le indicaron no funcionan, o no funcionan bien, hágaselo saber a los profesionales de la salud que lo atienden, porque hay otros medicamentos que usted puede probar.

**En resumen:** No se preocupe si necesita antieméticos durante la quimioterapia y después al volver a casa; así es en la mayoría de los casos.

# P:

La náusea o el vómito es algo que uno debe tolerar después de la quimioterapia.

¿Verdadero o falso?



**R:** Falso.

**Los medicamentos adecuados pueden evitar o aminorar la náusea y el vómito.**

Hay tratamientos, llamados antieméticos, que ayudan a evitar la náusea y el vómito después de la quimioterapia que y deben prescribirse según las necesidades particulares de cada paciente.

Esto se debe a que el complicado ciclo de la náusea y el vómito puede desencadenarse por muchas razones, incluyendo un daño al revestimiento del estómago, ciertas señales que se envían al cerebro para desencadenar el proceso del vómito o ambos.

Pero cada antiemético funciona solamente de una manera principal. Dicho de otro modo, algunos impiden que el estómago le mande señales al cerebro, y otros impiden que el cerebro reciba estas señales. Por lo tanto, ningún antiemético por sí solo brinda una protección completa contra la náusea y el vómito asociados con la quimioterapia.

El tratamiento para usted puede ser diferente al de otra persona, incluso si esa persona está recibiendo los mismos medicamentos para quimioterapia que usted. Por eso es importante informar a su médico o enfermera especialista si tiene algunos de estos síntomas. Cada persona es diferente, y usted también es diferente.

**En resumen:** Los medicamentos adecuados pueden evitar o disminuir la náusea y el vómito.

**P:**

**Padecer náusea o vómito significa que la quimioterapia está funcionando contra el cáncer.**

**¿Verdadero o falso?**



**R:** Falso.

La náusea y el vómito después de la quimioterapia son efectos secundarios, no “signos favorables”.

La náusea y el vómito después de la quimioterapia se consideran efectos secundarios o adversos. Aunque la aparición de efectos colaterales confirma que el medicamento está circulando en su organismo, estos efectos no indican que el medicamento funcione efectivamente contra el cáncer.

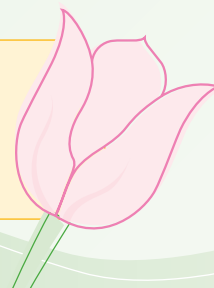
Usted sabrá si la quimioterapia fue eficaz por los estudios y análisis que le practiquen durante el tratamiento o después de él. Así que no hay motivo para pasar por alto los efectos colaterales. Éstos pueden y deben tratarse.

**P:**

La ansiedad puede provocar náusea.

¿Verdadero o falso?

*En resumen: Usted no tiene que soportar estoicamente; los efectos colaterales no indican que el medicamento esté funcionando bien.*



**R:** Verdadero.

**La náusea puede tener muchas causas.**

La náusea es un proceso complejo en el que interviene el cerebro y los muchos sistemas de células nerviosas que interactúan con él.

La ansiedad o nerviosismo es una respuesta normal cuando alguien sabe que tiene cáncer. La ansiedad también puede ser un desencadenante de la náusea. Una vez que usted haya avanzado más en el proceso de la quimioterapia, entenderá mejor qué esperar durante el tratamiento y después de él. Esto por sí mismo puede reducir la náusea ocasionada por la ansiedad.

**P:**

Si usted no vomita el primer día, ya no vomitará.

¿Verdadero o falso?

***En resumen:** Hay muchos factores que pueden provocar náusea. Si usted lleva un registro de cuándo se presenta la náusea y a qué puede deberse, puede ayudar a prevenirla y enfrentar casi cualquier situación.*



**R:** Falso.

La náusea o el vómito pueden presentarse hasta cinco días después de la quimioterapia.

Hay muchas razones para elegir determinados medicamentos para la quimioterapia. La diferencia en el lapso en el que pueden presentarse la náusea o el vómito es una razón importante.

Algunos medicamentos para quimioterapia causan náusea o vómito principalmente en las primeras horas después de administrarlos. A esto se le llama náusea y vómito "agudos". Es muy probable que usted reciba uno o varios antieméticos al inicio de su sesión de quimioterapia, para evitar la náusea y el vómito agudos; por lo general, se les conoce como "premedicación".

Otros fármacos para quimioterapia ocasionan un periodo de náusea y vómito que abarca desde uno hasta cinco días después de la quimioterapia. A esto se le llama náusea y vómito "tardíos". Quizá usted reciba una receta o prescripción de medicamentos que deberá usar en casa durante varios días después de la quimioterapia, para evitar este efecto secundario.

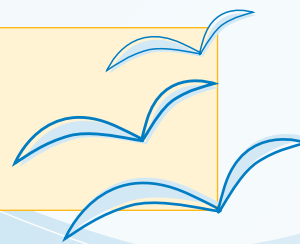
No se preocupe si necesita usar antieméticos durante la sesión de quimioterapia y después, al volver a casa.

**En resumen:** Es difícil predecir quién padecerá náusea o vómito ni cuándo se presentarán. Recuerde informarles los efectos que usted experimente a los profesionales de la salud que lo atienden.

**P:**

Si el antiemético prescrito para usar en casa no funciona, usted debe manejar la náusea o el vómito modificando su alimentación.

¿Verdadero o falso?



# R: Falso

**Si las cosas fallan al principio, inténtelo nuevamente.**

Las diferentes personas reaccionan a los medicamentos de la quimioterapia de distintas maneras. De igual manera, las diferentes personas reaccionan a los antieméticos de distintas maneras. De modo que es importante informarlo a quienes lo atienden y recibir el tratamiento que usted necesita.

Recuerde también que cada antiemético funciona de una manera principal. Algunos impiden que el estómago le mande señales al cerebro y otros impiden que el cerebro reciba estas señales. Así pues, ningún antiemético por sí solo brinda una protección completa contra la náusea y el vómito asociados con la quimioterapia. A menudo, los pacientes necesitan dos o hasta tres antieméticos para controlar la náusea o el vómito.

# P:

**La quimioterapia con frecuencia ocasiona cambios en el sentido del gusto y el olfato, y uno debe adaptarse a ellos.**

**¿Verdadero o falso?**

**En resumen:** *Usted quizá necesite probar varios antieméticos, para encontrar aquel (o aquellos) que funcionen mejor ante su reacción particular a la quimioterapia. No olvide informar a su médico o enfermera especialista sobre cualquier efecto colateral que experimente.*



# R: Verdadero.

## Los cambios en el sentido del gusto y el olfato son efectos colaterales frecuentes de la quimioterapia.

La quimioterapia puede modificar su sentido del olfato o del gusto. Algunos alimentos pueden adquirir un sabor amargo o metálico (por lo común, la carne y ciertos alimentos ricos en proteínas); otros pueden tener menos sabor de lo habitual. Un alimento que hoy le resulte agradable mañana puede saberle muy mal. O usted puede sentir un antojo intenso por un alimento que el día anterior le parecía repugnante.

Tales cambios pueden contribuir a la náusea o limitar la cantidad y variedad de alimentos que usted come. He aquí algunas recomendaciones para ayudarlo a enfrentar estos desagradables efectos secundarios:

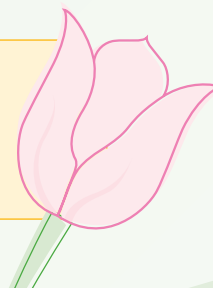
- En primer lugar, no se preocupe. Lo más probable es que sus sentidos se normalicen cuando termine la quimioterapia. Recuerde que la ansiedad también puede causar náusea, de modo que la preocupación sólo agravará el problema.
- Si los olores le molestan, trate de servir los alimentos a temperatura ambiente.
- Cocine (o pídale a alguien que cocine) y luego congele los alimentos en porciones pequeñas. Cuando vaya a comer, puede descongelar el alimento y comerlo sin tener que soportar el olor que despiden al cocinarse.
- Pruebe los suplementos alimenticios líquidos o en polvo ("comidas instantáneas"), para no tener que cocinar y evitar los olores relacionados.

**En resumen:** No hay mucho que hacer con respecto a los cambios en el sentido del gusto o el olfato, de modo que pruebe diversas estrategias hasta encontrar la que mejor le funcione.

# P:

A los doctores no les importa que yo tenga náusea.

¿Verdadero o falso?



# R: Falso.

**A los médicos sí les importan los efectos secundarios de su tratamiento, y eso incluye a la náusea.**

A usted quizá le parezca que la náusea es una sólo una molestia, pero puede ser un efecto secundario grave.

Es difícil para las personas comer cuando tienen náusea, y por ello pueden no recibir una nutrición adecuada. Esto dificulta su recuperación.

Además, la náusea se acompaña de malestar general, y eso puede contribuir a una sensación de tristeza o depresión del paciente respecto a su enfermedad. Usted puede sentirse tan mal que se rehúse a recibir más tratamientos. Y por supuesto que sus médicos no quieren que eso suceda.

## Recursos

### LIGA COLOMBIANA CONTRA EL CÁNCER

**Dirección: CL 78 12 A 30  
BOGOTÁ**  
**Teléfono: 634855**  
**presidencia@ligacancer  
colombia.org**

Es una asociación de derecho privado, sin ánimo de lucro y utilidad común, conformada por personas jurídicas denominadas LIGAS SECCIONALES Y CAPÍTULOS, identificadas con la misión de "CONTRIBUIR A LA DISMINUCIÓN DE LA MORBIMORTALIDAD POR CÁNCER Y SUS REPERCUSIONES SOCIALES, PSICOLÓGICAS Y ECONÓMICAS". Realizar una labor humanitaria para desarrollar y estimular procesos de concientización y educación tendientes a crear una cultura de la salud enfocada en el autocuidado y la prevención.

### INSTITUTO NACIONAL DE CANCEROLOGÍA

**Dirección: Cll 1 # 9-85  
BOGOTÁ**  
**Teléfono: 3340011**  
**Disponible en:**  
**www.incancerologia.gov.co**  
Consultado el 13 de mayo de 2009

El Instituto Nacional de Cancerología (INC) ente asesor del Ministerio de Protección Social en la formulación

de Planes y Programas sobre el Cáncer, ha propuesto un modelo para el control del cáncer en Colombia, que tiene como objetivos el control del riesgo, la detección temprana, el tratamiento, la rehabilitación y los cuidados paliativos. este modelo busca generar conocimiento por medio de la investigación, la vigilancia y el análisis alrededor de la situación del cáncer.

### ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE PACIENTES DE CÁNCER

**Dirección: CR 7 54-91  
BOGOTÁ**  
**Teléfono: 3458417**  
**asocancer@yahoo.com**

La Asociación Colombiana de Enfermos de Cáncer es una entidad sin ánimo de lucro, cuyo objetivo principal es brindar ayuda al paciente con diagnóstico de cáncer y a su familia. Ha realizado un gran esfuerzo para colocar a la altura de los requerimientos de la normatividad y las necesidades de los pacientes con tratamientos de enfermedades de alto costo, además de ofrecerle un servicio farmacéutico mediante la dispensación de medicamentos para el cáncer, VIH-SIDA y medicamentos controlados para el dolor, dentro y fuera de la ciudad, a muy bajos precios.

**En resumen:** A su médico sí le importa que usted tenga náusea, y necesita que usted se lo informe a fin de administrarle medicamentos para evitarla o aliviarla.





Derechos reservados © 2008 Merck & Co., Inc., Whitehouse Station, N.J., E.U.A.  
Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción parcial o total.  
10-13-EMD-2008-LAMT-1276324-BT(CO) 10-13-EMD-2008-W-1271703-BT