

# Cuidados durante la quimioterapia en cánceres ginecológicos.

*Por: Dr. Danilo Alfonso Arévalo Sandoval. Ginecólogo-Oncólogo.*

Muchos mitos rodean el hecho de recibir quimioterapia, las primeras reacciones que vienen a la mente tiene relación con los aspectos físicos relacionada a ellas; por ejemplo: ¿Se me va a caer el cabello? Es una de las preguntas tradicionales que se realizan las mujeres que se enfrentan a este tipo de terapia. Muchos de esos mitos tienen relación con la tradición oral que hay en el país, las experiencias de otras personas (buenas o malas) son transmitidas por ellas, por sus familiares o un amigo del amigo de otro amigo que tuvo cáncer. Antes de continuar hay que tomar en cuenta lo siguiente:

La quimioterapia es una parte del arsenal terapéutico con los que cuenta un oncólogo, en el caso de la ginecología oncológica, son muy pocos los cánceres que curan únicamente con quimioterapia. Algunas veces la quimioterapia se puede administrar antes que otro tratamiento (cirugía o radioterapia) y recibe el nombre de quimioterapia neoadyuvante; y también puede administrarse posterior a un tratamiento y se conoce como quimioterapia adyuvante. Cómo se administra la quimioterapia, es parte de la evaluación de un médico ginecólogo oncólogo.

Aunque las mujeres padezcan de la misma enfermedad, tengan la misma contextura o tengan algunas similitudes: no significa que recibirán la misma quimioterapia, todas las quimioterapias son diferentes. El esquema de quimioterapia a elegir dependerá de la etapa clínica o patológica en la que se encuentre la paciente, estudios adicionales como la inmunohistoquímica (especialmente en el cáncer de seno); exámenes de laboratorio (para ver el estado hematológico, renal y hepático); enfermedades pre-existentes y otros co-morbidos (Recuerde la edad física no es similar a la enfermedad fisiológica).

La quimioterapia consiste en la administración intravenosa, intramuscular, oral o subcutánea de uno o varios medicamentos con la finalidad de combatir el cáncer; estas se administran usualmente en ciclos que pueden durar un día, varios días e incluso hasta una semana, con un periodo de espera, según el esquema y el tipo de quimioterapia.

Debido a que ejercen un efecto en todo el cuerpo se considera un tratamiento sistémico; por lo que afecta las células normales del cuerpo; como las que se encuentran en la médula ósea, los folículos pilosos (vellos) y las células del tracto digestivo. Esto explica los síntomas como las náuseas, el cansancio (aun realizando las actividades cotidianas), son más propensas a contraer infecciones respiratorias y gastrointestinales, caída del cabello, problemas de memoria, trastornos en la coagulación y otros.

Para combatir los efectos nocivos de la quimioterapia se debe considerar en primer lugar seguir las indicaciones médicas sobre los medicamentos que se deben de ingerir antes y después de recibir un ciclo de quimioterapia, en especial los antieméticos (medicamentos para las náuseas y vómitos) ya que al instaurarse el vomito, difícilmente serán tolerados. Lavarse las manos antes y después de comer, consumir alimentos hechos en casa y que estén calientes a la hora del consumo; evitar los alimentos crudos o de dudosa procedencia; evitar alimentos curtidos, o que tengan demasiados condimentos o difícil de digerir; ya que como se mencionó anteriormente, las pacientes en quimioterapia son más propensas a contraer infecciones gastrointestinales graves.

Es necesario mantener el aseo diario, evitar los sitios concurridos (centro comerciales, mercados, iglesias); tener un cuidado especial con mascotas y si recibe visitas tratar de portar mascarilla principalmente los primeros catorce días posterior a la administración de quimioterapia (en especial si estas personas presentan síntomas gripales) ya que también es más propensa a contraer infecciones respiratorias de gravedad.

Consumir alimentos que tengan bastantes calorías y proteínas (recuerde aquel viejo refrán “enfermo que come...”). Es importante durante todos los ciclos mantener una buena actitud y optimismo. Esto se relaciona a una mejor tolerancia a los ciclos de quimioterapia posteriores y un buen desenlace.

Tenga presente que aunque al inicio le parecerá intolerable, conforme pase el tiempo presentará una mejor tolerancia y finalizara el proceso cuando menos lo sienta y todos los efectos desagradables desaparecerán.

Para más detalles, pautas terapéuticas y demás... pregúntale a tu Ginecólogo Oncólogo.

Saludos.