

TRASTORNOS DIGESTIVOS COMUNES ASOCIADOS A LA QUIMIOTERAPIA

Los quimioterápicos ejercen su acción actuando sobre las células cancerígenas, derivadas de células sanas y que comparten con éstas procesos metabólicos y funcionales, por lo que cualquier fármaco que actúe sobre ellas también lo hará en mayor o menor grado sobre todas las demás células del organismo. De ahí que los tratamientos quimioterápicos asocian una serie de efectos más o menos graves, sobre el resto del organismo denominándose efectos tóxicos o secundarios. En la gran mayoría de los casos se trata de efectos citotóxicos, es decir efecto tóxico del fármaco sobre las células sanas.

Las células más afectadas por el efecto citotóxico de la quimioterapia son aquellas que comparten características con las células tumorales, especialmente la multiplicación celular a gran velocidad, como son las de los folículos pilosos, las de la médula ósea, el tubo digestivo y el sistema reproductor.

Toxicidad digestiva

1. Náuseas y vómitos

A pesar del uso generalizado de pautas de tratamiento altamente eficaces en la prevención de las náuseas y vómitos inducidos por quimioterapia, este efecto adverso continúa presentándose en un porcentaje importante de pacientes (alrededor del 50%), dependiendo del régimen quimioterápico utilizado y de las características del paciente.

Las náuseas y vómitos continúan estando entre los efectos adversos de la quimioterapia que más ansiedad provocan en los pacientes, teniendo una gran repercusión sobre la calidad de vida y obligando, en algunos casos, a posponer, cambiar o suspender los tratamientos, debido a la aparición de complicaciones, como deshidratación, desequilibrio electrolítico, etc.

La causa principal de las náuseas y los vómitos está relacionada con la toxicidad producida por los tratamientos quimioterápicos o la radioterapia aplicada sobre la región gastrointestinal, hepática o cerebral. No solo influyen los tratamientos administrados, determinadas características de los pacientes determinan una mayor predisposición a presentar náuseas o vómitos.

2. Mucositis

La mucositis se trata de la inflamación de la mucosa del tracto digestivo, extendiéndose desde la boca hasta el ano. Es un efecto secundario muy frecuente, apareciendo hasta en un 35-40% de los pacientes que reciben quimioterapia. Tiene una gran incidencia en pacientes transplantados de médula ósea (76%), y en los que reciben radioterapia, siendo su incidencia cercana al 100% cuando reciben radioterapia sobre la cavidad oral.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Se manifiesta principalmente con enrojecimiento y/o úlceras de mucosas. Inicialmente suele aparecer sequedad bucal y sensación quemante, y pueden evolucionar a dolor severo (si aparecen grandes úlceras).

Además del empleo de quimioterápicos, son factores de riesgo para su desarrollo: boca mal cuidada, la existencia de patología dental (caries, patología periapical o enfermedad periodontal), el tratamiento de radioterapia concomitante y la presencia de neutropenia.

Suele autolimitarse en el tiempo, siendo la duración media de 14 días. El principal problema es la dificultad que puede aparecer a la hora de alimentarse, puede notar que los alimentos le raspen detrás del pecho, haciendo en ocasiones muy dolorosa la ingesta de alimentos, siendo necesaria la administración de sueros que aseguren la correcta hidratación y nutrición.

3. Diarrea

Se trata de una complicación frecuente en pacientes que reciben quimioterapia. Puede producir tanto una disminución en la calidad de vida del paciente como complicaciones médicas importantes por depleción de volumen y alteraciones electrolíticas.

4. Estreñimiento

Es la complicación intestinal más frecuente de los pacientes con cáncer y tratamiento quimioterápico. Consiste en la disminución del número de deposiciones (menos de dos veces a la semana), asociado a mayor dureza de las heces.

Se da con más frecuencia en mujeres, con una mayor incidencia en los pacientes con tratamiento analgésico con opiáceos y con los fármacos habitualmente empleados para prevenir o tratar las náuseas y vómitos. La disminución del ejercicio físico y las deficiencias nutricionales también favorecen la aparición de estreñimiento.

Hábitos higiénico-dietéticos

Mantener una adecuada nutrición durante el periodo de tratamiento es muy importante, los tratamientos pueden afectar al apetito y a la capacidad del organismo de tolerar ciertos alimentos y de utilizar los nutrientes. A continuación se dan unos consejos para la nutrición durante el tratamiento:

- Se debe asegurar la nutrición durante los días de la quimioterapia, aunque no tenga apetito o sienta miedo por las náuseas. Lo mejor es realizar comidas ligeras antes de la quimioterapia.
- Los tratamientos quimioterápicos suelen administrarse en los hospitales de día, en ocasiones durante varias horas. Se recomienda llevar comidas ligeras o refrigerios para ingerir durante las sesiones.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

- La quimioterapia produce en ocasiones cansancio, por lo que se recomienda descansar bastante, y hacer comidas nutritivas.
- Intentar comer con frecuencia pequeñas cantidades de comida en lugar de tres comidas abundantes. Es bueno añadir calorías o proteínas adicionales a los alimentos; los complementos alimenticios pueden ser útiles.
- Aprovechar los momentos del día en los que uno siente más apetito (frecuentemente durante el desayuno) ya que le será más fácil comer mejor.
- Se toleran mejor los alimentos fríos o a temperatura ambiente. Evitar alimentos ácidos, fritos, amargos, picantes, muy salados o muy condimentados.
- Ingerir abundantes líquidos.
- No consumir bebidas alcohólicas, ni tabaco y limitar las bebidas gaseosas durante el tratamiento pues favorecen las náuseas.
- Mantener una correcta higiene bucal, cepillando los dientes con la debida frecuencia.
- Hidratar los labios (aceite de oliva, cremas labiales). En caso de sangrado, utilizar bastoncillos de algodón.

Tratamiento

Náuseas y vómitos:

El mejor tratamiento comienza con la prevención de las náuseas y los vómitos antes de que aparezcan, para lo que debe pautarse medicación antes de iniciar el tratamiento quimioterápico, que se mantendrá durante todo el tiempo que exista probabilidad de que la quimioterapia administrada induzca vómitos.

Debido al origen multifactorial y los diferentes tipos de náuseas y vómitos, existen diferentes fármacos antieméticos que actúan con distintos mecanismos de acción, y que empleados en combinación permiten el control en la mayoría de los pacientes.

Mucositis:

- Enjuagues con anestésicos tópicos.
- Fármacos que recubren las mucosas (enjuagues con soluciones antiácidas).
- Analgésicos orales.
- En paciente con candidiasis oral, enjuagues con nistatina tópica o antifúngicos orales.

Diarrea:

El tratamiento a realizar va a depender del grado de severidad de la diarrea así como de la presencia de factores de riesgo: fiebre, vómitos, neutropenia, sangrado franco en la deposición, dolor abdominal moderado/severo, deshidratación. Evitar los alimentos ricos en fibra e ingerir alimentos como arroz, plátano o manzana.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Estreñimiento:

Es necesario establecer unas correctas medidas higiénico-dietéticas (dietas ricas en fibras y frutas, ingesta abundante de líquidos, ejercicio físico ligero), y si esto no lo soluciona consultar con el oncólogo médico que pautará medidas terapéuticas con laxantes.

Complementos alimenticios

Selenio Active® (Nutrinat Evolution): Contiene vitaminas A, C, E, Selenio y Zinc que por su efecto antioxidante, ayudan a sobrellevar mucho mejor los efectos de la quimioterapia. La vitamina E ayuda especialmente a regenerar la mucosa oral y gástrica.

Omega 3-6-7-9 (Nutrinat Evolution): Favorecen la regeneración de los tejidos y son antiinflamatorios naturales.

L-Glutamina 500 mg (HealthAid): Disminuye la mucositis secundaria a la radioterapia.

Digest® Gold (Enzymedica)/Enzimas Digestivas Complex (Terranova): Ayudan a descomponer y asimilar los alimentos.

Fibra de cáscara de Psyllium (cápsulas o polvo) (HealthAid)/Magerlax (Lusodiete): Laxantes naturales que pueden ayudar a aliviar las condiciones asociadas con el estreñimiento.

Jengibre (*Zingiber officinalis*) 560 mg (HealthAid): Disminuye las náuseas y vómitos.

Olmo rojo (*Ulmus rubra*) 560 mg (HealthAid): Contribuye al alivio de los problemas gastrointestinales, diarrea y úlceras. Este árbol contiene mucílagos, los cuales crean un gel que recubre el tracto intestinal y alivia las irritaciones gastrointestinales.

Diente de león, Alcachofera y Cisteína Complex (Terranova): Apoyan las digestiones, así como contribuyen al buen funcionamiento de la vesícula biliar y el hígado.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.