



Trastornos Gastrointestinales

Los efectos de los tratamientos y medicamentos contra el cáncer pueden causar diarrea, entre estos la quimioterapia, la terapia dirigida, los bifosfonatos y los medicamentos para el dolor. La diarrea consiste en deposiciones más frecuentes de la cantidad habitual que usted tiene por día, de consistencia líquida, por lo que se sugiere lo siguiente para ayudar a controlar la diarrea leve:



Manténgase hidratada, beba de 8 a 12 vasos de agua



Evite los alimentos con alto contenido en fibra, tales como las semillas, granos, frijoles, guisantes, frutas secas, y frutas y verduras crudas. Aumente su consumo de alimentos con poca fibra como plátanos (bananos, guineos), avena y arroz blanco y pan tostado.abajo.



Evite alimentos altos en grasa y alimentos muy condimentados.



Evite los alimentos que producen gases (frijoles cocidos secos, repollo, brócoli), las bebidas carbonatadas y la goma de mascar (chicle).



Limite la leche y los productos lácteos. El yogur y el suero de la leche son permitidos.



Limite las bebidas que contienen cafeína como café regular, té negro, soda y chocolate.



Evite el consumo de alcohol.



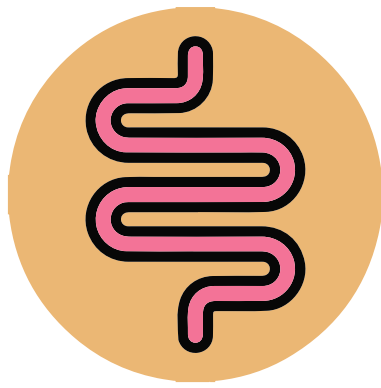
Coma en pequeñas porciones o bocadillos. Muchas pacientes se dan cuenta de que comen mejor si hacen cinco o seis comidas pequeñas al día, en vez de tres comidas grandes.



Coma alimentos ricos en sodio y potasio como las bananas y papas hervidas o en puré.



Cuide la zona del ano. En vez de usar papel del baño, use toallitas húmedas para bebés, o utilice agua para limpiarse después de ir al baño.



Llame al médico si la diarrea persiste o aumenta, o si las heces fecales son de color u olor inusual. Su equipo de atención médica debe considerar la necesidad de sugerir la ingesta de algún medicamento, verificar su nivel de electrolitos, y/o administrar líquidos por vía intravenosa, así como también evaluar si hay una infección que esté causando la diarrea.

