



Es posible que esté preocupado acerca de su tratamiento de quimioterapia pero muchas personas lo sobrellevan bastante bien. Pregunte al doctor o enfermera qué esperar y dónde puede recibir ayuda y apoyo.

## ¿Cómo será la quimioterapia?

La quimioterapia resulta diferente para cada persona. Cómo se siente el paciente depende de muchas cosas diferentes como por ejemplo:

- el tipo de cáncer
- los fármacos de quimioterapia que se administran
- si el paciente está recibiendo otros tratamientos, como por ejemplo cirugía o radioterapia
- si tiene otros problemas de salud.

Algunas personas quizás tengan que quedarse en el hospital durante su tratamiento o tengan que viajar para obtener el tratamiento.

No obstante, muchas personas siguen con su vida normal durante la quimioterapia. Es posible que puedan seguir trabajando, proseguir con sus actividades normales y pasar tiempo con su familia y amigos.

## ¿Tendré efectos secundarios?

- La mayoría de las personas tienen algunos efectos secundarios durante el tratamiento.
- Estos efectos secundarios pueden variar según la persona.
- También dependen de los fármacos de quimioterapia que se administran.
- Si usted tiene problemas de efectos secundarios, pregunte a su doctor o enfermera cómo manejarlos.

### **Puede haber días en los que se sienta cansado o descompuesto.**

- Trate de descansar cuando se sienta cansado.
- Trátese bien y dése el tiempo para relajarse.

### **Es posible que también haya momentos en que se sienta emocionalmente agobiado o le resulte difícil sobrellevar la situación.**

- No tema pedir ayuda.
- Converse con alguien sobre cómo se siente.
- Consulte a su doctor o enfermera sobre lo que puede hacer.

## ! Sugerencias útiles

### **Para obtener ayuda y apoyo**

- ✓ Sepa cómo ponerse en contacto con su doctor o enfermera, o con el hospital, para pedir ayuda y consejos.
- ✓ Averigüe dónde puede obtener asesoramiento sobre cuestiones prácticas, como por ejemplo los problemas de dinero.
- ✓ Averigüe dónde puede obtener apoyo si se siente ansioso o deprimido.
- ✓ Pregunte dónde puede obtener ayuda si necesita apoyo adicional, por ejemplo si vive solo o tiene que viajar para su tratamiento.

### **La quimioterapia y las infecciones**

- ✓ Aprenda a reducir el riesgo de contraer una infección.
- ✓ Sepa que debe llamar a su doctor o enfermera inmediatamente si su temperatura sube a 38°C o si tiene otras señales de infección.

### **La quimioterapia y la seguridad**

- ✓ Averigüe qué precauciones de seguridad debe tomar en casa durante su tratamiento.

### **Los efectos secundarios del tratamiento**

- ✓ Pregunte sobre los efectos secundarios que podrían afectarle y cómo manejarlos.

**Para obtener mayor información lea las hojas informativas para el paciente en [eviq.org.au](http://eviq.org.au)**

## ¿Puedo tomar otros medicamentos?

Los medicamentos son fármacos o sustancias que pueden afectar su organismo. Incluyen los medicamentos que su doctor le receta así como los que puede comprar sin receta, como las vitaminas o los tratamientos para el dolor de cabeza y los resfríos.

## Los medicamentos complementarios y alternativos

Los tratamientos contra el cáncer pueden incluir la cirugía, quimioterapia, radioterapia y terapia dirigida. A veces las personas con cáncer quieren intentar otros tratamientos. Éstos se denominan medicamentos complementarios y alternativos. Estos pueden incluir los siguientes:

- vitaminas
- suplementos dietéticos
- homeopatía
- medicamentos tradicionales como los de la medicina china, ayurvédica o aborigen

Algunos de estos medicamentos pueden interferir con la quimioterapia.

Es importante informar al médico de cualquier medicamento que esté tomando, incluyendo los complementarios y alternativos, antes de empezar el tratamiento contra el cáncer. No deje de tomar ni comience a tomar medicamentos sin consultar a su doctor.

## ¿Y qué sucede con las vacunas?

### Las vacunas durante la quimioterapia

Algunas vacunas se pueden administrar sin riesgo durante la quimioterapia y otras no. La vacuna contra la gripe no es un riesgo.

No se administre vacunas que contengan germen vivo durante el tratamiento o por lo menos durante 6 meses después del tratamiento. Por ejemplo las vacunas contra los siguientes: tuberculosis (BCG), varicela, herpes zoster, sarampión, paperas y rubéola (MMR).

### Las vacunas para su familia

Su familia puede recibir las vacunas normales durante su tratamiento, incluso las vacunas de germen vivo.

La vacuna contra el rotavirus se administra a los bebés menores de 6 meses de edad. Parte de la vacuna puede encontrarse en las heces del bebé durante 2 semanas después de la vacunación. Si usted está cuidando de un bebé que ha recibido esta vacuna, trate de pedirle a otra persona que cambie los pañales del bebé durante este período.

## El embarazo y la lactancia materna

Si usted es mujer y está recibiendo quimioterapia no debe amamantar/dar el pecho durante su tratamiento.

Si usted está recibiendo quimioterapia y la persona que le cuida está embarazada o amamantando, ésta no debe tocar ninguno de sus medicamentos de quimioterapia ni limpiar los fluidos corporales que puedan contener fármacos de la quimioterapia.

## Colaborando para reducir el impacto del cáncer

Cancer Institute NSW PO Box 825, Alexandria, NSW 1435

Teléfono: +61 (0)2 8374 5600 Fax: +61 (0)2 8374 3600 E-mail: [information@cancerinstitute.org.au](mailto:information@cancerinstitute.org.au)

[www.cancerinstitute.org.au](http://www.cancerinstitute.org.au)

## ¿Puedo comer y beber normalmente?

Es importante que trate de seguir comiendo durante su tratamiento para mantener las fuerzas.

- Trate de comer una dieta saludable y equilibrada.
- Beba suficiente agua, unos 8 vasos o 2 litros por día. (Si le han limitado la cantidad de líquido por un problema clínico, pregunte a su doctor cuánto líquido puede beber.)
- Pregunte a su doctor o enfermera si puede consumir bebidas alcohólicas durante su tratamiento.

## La inocuidad de los alimentos

Algunos alimentos pueden acarrear microbios que causan infecciones

- Infórmese sobre los alimentos inocuos que puede comer durante su tratamiento, y cómo prepararlos y cocinarlos de forma apropiada.

## Los alimentos y los efectos secundarios

Algunos efectos secundarios de la quimioterapia pueden dificultar la ingestión de comidas y bebidas. Por ejemplo:

- náuseas y vómitos
- la boca o garganta doloridas o secas
- cambios al gusto y al olfato.

Pida consejo a su doctor o enfermera sobre cómo manejar estos problemas. Además si tiene problemas para comer puede pedir ver a un dietista.

## El sexo y la fecundidad

Su situación dependerá de su edad, su relación y de su actividad sexual.

Es posible que no tenga ganas de tener relaciones sexuales durante el tratamiento contra el cáncer. Esto puede deberse a razones tanto físicas como emocionales. Consulte a su médico o enfermera si esto le preocupa.

Los fármacos para la quimioterapia pueden dañar a los fetos; por lo tanto es importante usar anticoncepción si existe alguna posibilidad de que usted o su pareja quede embarazada. Converse con su doctor o enfermera acerca de los métodos apropiados.

Algunos tipos de quimioterapia pueden afectar la fecundidad. Si usted tiene planeado tener hijos en el futuro, es importante que obtenga asesoramiento antes de empezar su tratamiento.

**Recuerde: consulte a su médico o enfermera si tiene alguna pregunta sobre su tratamiento.**

### Números de Contacto:

De día: .....

De noche/fin de semana: .....

