



Generalidades sobre Nutrición del Paciente con Cáncer

La alimentación es una parte importante para el tratamiento del cáncer. Si se mantiene una nutrición adecuada antes, durante y después de su tratamiento se sentirá mejor y con más fuerzas para realizar las tareas cotidianas. Las personas con cáncer a menudo necesitan seguir una dieta diferente de lo que se considera saludable. Para la mayoría de las personas, una dieta saludable consiste en comer:

- Mucha fruta, verduras y pan integral y cereales
- Poca cantidad de carne y de productos lácteos
- Pequeñas cantidades de grasa, de azúcar, de alcohol y de sal.



Sin embargo, cuando se tiene cáncer, se necesita comer para mantener la energía con el fin de superar los efectos secundarios del tratamiento. Cuando la salud es buena, generalmente no es un problema comer suficientes alimentos. Pero, cuando se enfrenta al cáncer y al tratamiento, esto puede ser un verdadero reto.

Las personas experimentan diferentes emociones y reacciones físicas antes, durante y después del tratamiento para cáncer. Una buena nutrición es muy importante para el paciente diagnosticado con algún tipo de cáncer porque ayuda a que se sienta mejor, a sobrellevar mejor el tratamiento médico recomendado y a luchar contra la enfermedad. Existen ocasiones en que la persona no puede consumir una alimentación adecuada lo que puede causar pérdida de peso y debilidad general.

Cuando se diagnostica cáncer, el médico puede recomendar uno de estos tratamientos, tales como: cirugía, radioterapia, quimioterapia, terapia hormonal y biológica (inmunoterapia) o alguna combinación de éstos. Todos estos métodos tienen efectos secundarios que pueden afectar que la persona obtenga una nutrición adecuada incluyendo:





- Pérdida de apetito
- Cambios en gusto y olfato
- Pérdida o ganancia de peso
- Náuseas y vómitos
- Irritación de boca o garganta
- Diarrea
- Sequedad en boca
- Intolerancia a la lactosa
- Problemas dentales y en las encías
- Estreñimiento

El sentir estos efectos secundarios va a depender de muchos factores, incluyendo el tipo de cáncer, la parte del cuerpo que ha recibido tratamiento, el tipo, la duración y la dosis del tratamiento. Algunos problemas de alimentación son causados por el propio tratamiento, pero a veces son a consecuencia de que la persona se siente disgustada, preocupada o asustada. Mientras se está bajo tratamiento para cáncer se debe consultar con un(a) Nutricionista para que realice recomendaciones específicas sobre una alimentación adecuada.

¿Qué ventajas tiene el paciente con un buen estado nutricional?

- Tolera el tratamiento contra el cáncer.
- Mejora la calidad de vida.
- Evita el cansancio y la dependencia de otros.

Dra. Meyryn Carrillo

Médico y Cirujano, Máster en Nutrición Clínica y Oncológica.

***Esta información no constituye ni sustituye una dieta. Consultar siempre a su médico o nutricionista.**



CENTRO MÉDICO DE RADIOTERAPIA SIGLO XXI

Tels: (506) 2290-3475 | 2290-3481

Dirección: Clínica de Radioterapia Siglo XXI San José, Costa Rica, La Uruca, de las Bodegas de la Imprenta Nacional 75 metros oeste y 25 metros al sur.