

RECOMENDACIONES PARA PACIENTES EN TRATAMIENTO CON OXALIPLATINO

Este documento ofrece información general para pacientes que van a recibir oxaliplatino. Su objetivo es ayudar a reconocer los efectos secundarios más habituales y a saber qué medidas pueden tomarse en casa para tolerarlos mejor. La información de este documento no sustituye las indicaciones de su equipo sanitario. Ante cualquier duda, síntoma o preocupación, consulte siempre con su sanitario responsable.

1. ¿Qué es el oxaliplatino?

El oxaliplatino es un tipo de quimioterapia que se utiliza en distintos tipos de cáncer, con frecuencia en combinación con otros medicamentos. Puede administrarse en esquemas llamados FOLFOX o CAPOX, entre otros.

Tiene algunos efectos secundarios comunes a otros tratamientos oncológicos, como náuseas, diarrea, cansancio o bajada de defensas. Además, presenta un efecto característico sobre los nervios, con hormigueo, adormecimiento y sensibilidad al frío, especialmente durante los primeros días tras la administración.

2. Recomendaciones generales en casa

- Siga exactamente la medicación pautada para las náuseas, la diarrea, el estreñimiento u otros síntomas.
- Mantenga una buena hidratación, salvo que su equipo sanitario le haya indicado otra cosa.
- Anote los síntomas que aparezcan y cuándo lo hacen; es muy útil para comentarlo en la siguiente visita.
- Evite el frío el día de la infusión y durante los 2 días siguientes: no tome bebidas con hielo, abrigúese y proteja nariz, boca y manos si sale al exterior.
- No tome medicamentos, plantas o suplementos por su cuenta sin consultar antes con oncología o enfermería.
- Pida ayuda en casa si se encuentra más cansado o con menor sensibilidad en manos y pies.

3. Efectos secundarios y consejos para el domicilio

3.1. Hormigueo, adormecimiento y sensibilidad al frío

Qué puede notar: Puede notar hormigueo, pinchazos, calambres o adormecimiento en manos, pies, alrededor de la boca o en la garganta. Es típico que empeore con el frío:

- Al coger algo del frigorífico
- Al tomar bebidas frías
- Al salir a la calle en invierno

Con el frío, algunas personas notan sensación de opresión en la garganta o dificultad para tragar o respirar justo después del tratamiento.

Cuándo consultar: Avise pronto si los síntomas duran más entre ciclos, si dificultan tareas finas como abrocharse botones o escribir, si le hacen tropezar o si la sensación de garganta cerrada no mejora rápidamente al calentarse.

3.2. Náuseas y vómitos

Qué puede notar: Puede tener malestar de estómago, ganas de vomitar o vómitos en las horas o días posteriores al tratamiento.

Qué puede hacer en casa:

- Tome los antieméticos tal y como se los hayan pautado.
- Haga comidas pequeñas y frecuentes.
- Coma despacio y elija alimentos suaves.
- Suelen tolerarse mejor los alimentos templados o fríos suaves que las comidas muy grasas, muy especiadas o con olores fuertes.
- Beba líquidos a sorbos pequeños durante el día.

Cuándo consultar: Consulte si vomita repetidamente, si no puede retener líquidos durante varias horas o si presenta signos de deshidratación como mareo, boca muy seca u orina escasa.

3.3. Diarrea

Qué puede notar: Puede notar deposiciones más frecuentes, más blandas o líquidas, a veces con retortijones.

Qué puede hacer en casa:

- Aumente la ingesta de líquidos.
- Haga dieta suave durante esos días y evite comidas grasas, picantes o muy ricas en fibra mientras dure el cuadro.
- Si su equipo le ha indicado loperamida, úsela exactamente según la pauta prescrita. No la inicie por su cuenta si no se la han explicado previamente.
- Mantenga una buena higiene de la zona anal para evitar irritación.

Cuándo consultar: Consulte de inmediato si la diarrea es intensa, si aparece sangre, fiebre, dolor importante, mareo o si no consigue beber lo suficiente.

3.4. Estreñimiento

Qué puede notar: Puede notar menos deposiciones, heces duras, esfuerzo al evacuar o sensación de vientre hinchado. A veces se relaciona con la quimioterapia, con los antieméticos o con una menor actividad física.

Qué puede hacer en casa:

- Beba suficiente agua, camine dentro de sus posibilidades y mantenga un horario regular para ir al baño.
- Si su equipo sanitario le ha recomendado laxante, úselo cuando lleve 48–72 horas sin deposición o antes si así se lo indicaron, especialmente si ya sabe que tiende a estreñirse con el tratamiento.
- No espere varios días si el estreñimiento va aumentando.

Cuándo consultar: Avise si pasan 3 o más días sin deposición, si hay dolor abdominal importante, vómitos, hinchazón o imposibilidad para expulsar gases.

3.5. Llagas o irritación en la boca

Qué puede notar: Puede aparecer enrojecimiento, escozor, llagas, dolor al comer, sequedad o sensibilidad en la boca y la garganta.

Qué puede hacer en casa:

- Mantenga una higiene oral suave con cepillo blando.
- Puede hacer enjuagues con agua, bicarbonato y sal varias veces al día, especialmente después de las comidas y antes de acostarse, si su equipo sanitario se lo ha recomendado.
- Evite alcohol, tabaco y alimentos ácidos, muy salados, muy calientes o duros.
- Si le han prescrito un preparado o suspensión para mucositis, úselo según la pauta indicada, normalmente cuando ya existe dolor, inflamación o dificultad para comer y beber.

Cuándo consultar: Si el dolor le impide comer o beber o si aparecen placas, sangrado, fiebre o empeoran mucho las lesiones.

3.6. Pérdida de apetito, alteración del gusto y del olfato

Qué puede notar: Algunas personas comen menos porque la comida sabe diferente, deja un sabor metálico o porque ciertos olores resultan desagradables.

Qué puede hacer en casa:

- Haga 5 o 6 tomas pequeñas al día.
- Pruebe alimentos fríos o templados si los olores de la cocina le molestan.
- Ventile bien la casa, evite perfumes intensos y pida ayuda para cocinar si los olores le provocan náuseas.
- Use cubiertos que no sean metálicos si nota sabor metálico.
- Priorice alimentos que tolere bien aunque sean distintos a los habituales.

Cuándo consultar: Coméntelo si deja de comer de forma importante, pierde peso o no encuentra alimentos que consiga tolerar.

3.7. Cansancio o fatiga

Qué puede notar: Es frecuente sentirse sin energía, con mayor necesidad de descanso o con menos resistencia para las actividades habituales.

Qué puede hacer en casa:

- Planifique el día, reparta las tareas y haga descansos cortos.
- Mantenga algo de actividad suave, como caminar un poco, suele ayudar más que permanecer todo el día en cama.
- Duerma las horas necesarias y pida ayuda para tareas pesadas.

Cuándo consultar: Consulte si el cansancio es brusco, muy intenso o se acompaña de mareo, palpitaciones, falta de aire o empeoramiento marcado del estado general.

3.8. Bajada de defensas e infecciones

Qué puede notar: El tratamiento puede disminuir sus glóbulos blancos y aumentar el riesgo de infección.

Qué puede hacer en casa:

- Lávese las manos con frecuencia.
- Cuide la higiene bucal y evite el contacto cercano con personas con fiebre, gripe u otras infecciones activas.
- Manipule bien los alimentos y consulte antes de vacunarse.

Cuándo consultar: Avise de inmediato si tiene fiebre, escalofríos, tos persistente, dificultad para respirar, escozor al orinar o sensación de infección.

3.9. Anemia, sangrado o hematomas

Qué puede notar: Puede aparecer cansancio adicional por bajada de glóbulos rojos o mayor facilidad para que salgan moratones y sangre si bajan las plaquetas.

Qué puede hacer en casa:

- Evite golpes y use cepillo dental suave.
- Si se afeita, valore métodos que minimicen cortes.
- Descanse más si nota debilidad o mareo.

Cuándo consultar: Consulte si tiene sangrado de encías o nariz que no cede, moretones muy llamativos, sangre en heces u orina, falta de aire o palidez marcada.

3.10. Reacciones en la piel y en la zona de la vía

Qué puede notar: Puede haber sequedad, irritación cutánea o molestias en la zona por donde se administra el tratamiento.

Qué puede hacer en casa:

- Use crema hidratante sin perfume si su piel está seca.
- Proteja la piel del sol.
- Si la zona de administración venosa queda sensible, vigílela en casa y no aplique productos sin indicación.

Cuándo consultar: Consulte si aparece enrojecimiento importante, hinchazón, dolor creciente, calor local o fiebre.

4. Señales de alarma

- Fiebre o escalofríos.
- Dificultad para respirar, sensación de garganta cerrada que no mejora o reacción alérgica.
- Diarrea intensa o vómitos persistentes.
- Sangrado anormal o hematomas llamativos.
- Hormigueo o pérdida de sensibilidad que empeoran y limitan actividades diarias.
- Imposibilidad para comer o beber por dolor o llagas en la boca.

En caso de aparición de alguno de estos síntomas, debe acudir a Urgencias para valoración.