

## ONCOLOGÍA

## Náuseas y vómitos

## Cuidados después de la quimioterapia

*Qué son las náuseas y vómitos?*

El cáncer o el tratamiento contra el cáncer pueden causar náuseas. Las náuseas pueden producir debilidad, sudoración y malestar estomacal. Además, con frecuencia provocan vómitos. La mayoría de las veces no tiene que preocuparse por las náuseas ni los vómitos, pero tenga en cuenta que pueden ser señales de otras enfermedades

*¿Qué puedo hacer en casa para cuidarme?*

- Tome sus medicamentos contra las náuseas según las indicaciones del médico.
- Una vez que los vómitos hayan cesado por 1 hora, beba 1 onza de líquido transparente cada 20 minutos durante 1 hora. Los líquidos transparentes incluyen jugo de manzana, jugo de uva o una bebida como Gatorade mezclada con una parte igual de agua, té liviano con azúcar, consomé y gelatina. No beba jugos cítricos ni limonada. Si tiene una enfermedad del riñón, corazón o hígado, y tiene que limitar su consumo de líquidos, hable con su médico antes de aumentar la cantidad de líquido que beba.
- Cuando se sienta un poco mejor, comience con una dieta de sopas ligeras, comidas blandas y líquidos hasta que los síntomas desaparezcan por un lapso de 12 a 48 horas. Algunas buenas opciones son gelatina, pan tostado, galletas saladas y cereales cocidos.
- Chupe lentamente un caramelo duro de menta (*peppermint*) o mastique chicle de menta. La menta puede ayudar a disminuir el malestar estomacal.

*¿Cuándo debo llamar al médico?*

- Si tomó su medicamento contra las náuseas según las indicaciones del médico y sigue vomitando.
- Si presenta señales que indican que le faltan fluidos, si tiene los ojos hundidos, la boca seca y su orina es oscura.
- Tiene fiebre y el cuello rígido o un dolor de cabeza fuerte.

(continúa)

*continuación*

---

- Tiene sensibilidad a la luz o se siente aturdido y con sueño.
- Tiene un dolor nuevo de abdomen, o si el dolor empeora.
- Tiene fiebre de 100.5 °F.
- Vomita sangre o algo que parece café molido.
- Vomita durante más de 2 días seguidos.
- Vomita más de 2 a 5 veces en un solo día.

Si no puede comunicarse con su equipo de cuidados de la salud o si sus síntomas empeoran, vaya a la clínica de atención inmediata (Urgent Care) o al Departamento de Emergencias.