



Pontificia Universidad
Católica del Ecuador | Sede
Ambato

**PUCE TEC
TÉCNICO SUPERIOR EN ENFERMERÍA**

Tema:

GUÍA PARA CUIDADOS DE PACIENTES ADULTOS POST QUIMIOTERAPIA

**Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Técnica
Superior en Enfermería**

Línea de investigación:

VIDA DIGNA Y SALUD

Autora:

Daniela Viviana Vásquez Sevilla

Directora:

Mg. Paola Catalina López López

Ambato – Ecuador

Abril 2025

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo: **DANIELA VIVIANA VÁSCONEZ SEVILLA**, con cédula de ciudadanía **1550091589**, autora del trabajo de graduación titulado: "GUÍA PARA CUIDADOS DE PACIENTES ADULTOS POST QUIMIOTERAPIA", previo a la obtención del título de **TÉCNICA SUPERIOR EN ENFERMERÍA**, en **PUCE TEC**.

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de la Universidad.

Ambato, abril 2025



Daniela Viviana Vásconez Sevilla

CC. 1550091589

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE AMBATO
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Tema:

GUÍA PARA CUIDADOS DE PACIENTES ADULTOS POST QUIMIOTERAPIA

Línea de investigación:

VIDA DIGNA Y SALUD INTEGRAL

Autora:

Daniela Viviana Vásconez Sevilla

Paola Catalina López López, Bioquím, Mg.

CC. 1802948255

CALIFICADOR

f. 

Joselyne Nathaly Valenzuela Cáceres, Lic. Mg.

CALIFICADOR

f. 

Mery Angélica Álvarez Villamarín, Lic.

CALIFICADOR

f. 


Daniel Marcelo Acurio Maldonado, Ing. Mg.

COORDINADOR GENERAL PUCE TEC

f. 

Diego Gonzalo Coca Chanalata Dr.

SECRETARIO GENERAL PUCESA

f. 
Pontificia Universidad
Católica del Ecuador
SECRETARIA GENERAL
PROCURADURIA

Ambato – Ecuador

Abril 2025

DEDICATORÍA

"Este trabajo está dedicado con todo mi amor a mi hijo, Jay, a mi tía Betty y a mi abuelita Olga. Es el fruto de años de esfuerzo y dedicación. Pero, sobre todo, es un reflejo del amor y apoyo incondicional que siempre me han brindado.

Jay, tú me has mostrado la verdadera esencia de ser madre, y me has dado la fortaleza para perseverar, incluso en los momentos más desafiantes.

A mis padres y hermanas, quienes son el pilar fundamental de mi vida, les agradezco profundamente por su constante apoyo y por el esfuerzo que han puesto para que yo pueda alcanzar mis metas.

Ustedes son mi mayor inspiración, mi motivación diaria y la razón de mi existencia."

AGRADECIMIENTO

"Agradezco profundamente a mi Dios padre todopoderoso, creador de todo lo que existe.

Expreso mi gratitud a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador y a la Unidad Académica PUCE TEC por brindarme esta oportunidad de crecimiento profesional.

A la Mg. Paola Catalina López López, directora de este proyecto, mi sincero agradecimiento por su invaluable guía, conocimientos compartidos y apoyo constante a lo largo de mi formación y en la realización de este proyecto.

También, agradezco al Ing. Daniel Acurio por su confianza y dirección en este proceso de titulación.

Finalmente, extendiendo mi reconocimiento a todos los docentes quienes, con su amistad y consejos, han enriquecido mi camino."

RESUMEN

Esta tesis ofrece una guía educativa para pacientes adultos en recuperación tras quimioterapia ambulatoria, enfocándose en el apoyo a pacientes, familias y cuidadores.

Mediante un enfoque cualitativo descriptivo, la investigación explora las experiencias de enfermeros oncológicos. A través de entrevistas y observación, busca comprender sus prácticas, emociones, desafíos éticos y la creación de relaciones de confianza con pacientes y familias. El objetivo es revelar cómo dan sentido a su labor en medio del sufrimiento.

La guía aborda:

Efectos secundarios: Detalla los más comunes (fatiga, náuseas, etc.) con recomendaciones de manejo.

Higiene y alimentación: Ofrece pautas para el cuidado personal y una nutrición adecuada durante la recuperación.

Manejo del dolor: Orienta sobre el uso de medicamentos y terapias complementarias (ejercicio, relajación).

Seguimiento médico: Enfatiza la importancia de las consultas y medidas preventivas contra infecciones.

Apoyo emocional: Destaca el rol del acompañamiento familiar y estrategias para afrontar desafíos psicológicos.

Esta guía busca empoderar a pacientes y cuidadores, proveyendo información esencial para una recuperación completa y exitosa.

Palabras clave: quimioterapia, cuidados post-quimioterapia, guía educativa, pacientes adultos, efectos secundarios, manejo de síntomas.

ABSTRACT

This thesis presents an educational guide for adult patients in recovery following ambulatory chemotherapy, focusing on support for patients, families, and caregivers.

Through a qualitative descriptive approach, the research examines the experiences of oncological nurses. Via interviews and observation, it seeks to understand their practices, emotions, ethical challenges, and the establishment of trust relationships with patients and families. The objective is to reveal how they attribute meaning to their work amidst suffering.

The guide addresses:

Side Effects: Details the most common effects (fatigue, nausea, etc.) with management recommendations.

Hygiene and Nutrition: Provides guidelines for personal care and adequate nutrition during recovery.

Pain Management: Offers guidance regarding the use of medications and complementary therapies (exercise, relaxation).

Medical Follow-up: Emphasizes the importance of consultations and preventive measures against infections.

Emotional Support: Highlights the role of family accompaniment and strategies for addressing psychological challenges.

This guide seeks to empower patients and caregivers, providing essential information for a complete and successful recovery.

Keywords: *chemotherapy, post-chemotherapy care, educational guide, adult patients, side effects, symptom management.*

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD	ii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iii
DEDICATORÍA.....	iv
AGRADECIMIENTO.....	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA	7
1.1. Cuidado de enfermería para pacientes post-quimioterapia.....	7
1.2. Efectos secundarios de la quimioterapia.....	11
1.3. Rol del equipo de enfermería en el manejo post quimioterapia ambulatoria .	18
CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO	20
2.1. Enfoque de investigación	20
2.2. Tipo de investigación.....	20
2.3. Procesamiento y análisis de la información.....	22
CAPÍTULO III. PROPUESTA	30
3.1. Análisis situacional	30
3.2. Necesidades y oportunidades	30
3.3. Elaboración de la guía para cuidados de pacientes adultos post quimioterapia	31
CONCLUSIONES.....	60
RECOMENDACIONES	62
BIBLIOGRAFÍA	64
ANEXOS	69

INTRODUCCIÓN

El cáncer es una enfermedad caracterizada por la multiplicación descontrolada de ciertas células del organismo, las cuales pueden diseminarse a otras áreas del cuerpo.

Este padecimiento puede originarse en cualquier parte del cuerpo humano, que está compuesto por billones de células. En condiciones normales, las células se producen y replican a través de un proceso conocido como división celular, generando nuevas células a medida que el organismo las necesita. Cuando las células envejecen o sufren daños, mueren y son reemplazadas por otras nuevas.

Normalmente, las células en el cuerpo se dividen y se multiplican de manera controlada y ordenada para reemplazar las células viejas o dañadas. Sin embargo, en algunos casos, este proceso se altera y se generan células anómalas que se multiplican de manera inadecuada. Estas células anómalas pierden los mecanismos de control que regulan su crecimiento y división, lo que lleva a una proliferación descontrolada. Este exceso de células puede dar lugar a la formación de tumores, que son conglomerados de tejido. Los tumores pueden clasificarse como cancerosos (malignos) o no cancerosos (benignos).

Los tumores malignos tienen la capacidad de invadir tejidos adyacentes y pueden desplazarse a otras partes del cuerpo, formando nuevos tumores en un fenómeno conocido como metástasis. Existen diversos tipos de cáncer que provocan la formación de tumores sólidos, aunque algunos tipos, como la leucemia, afectan a la sangre y generalmente no producen masas sólidas.

En contraste, los tumores benignos no se propagan a los tejidos circundantes. Al ser extirpados, normalmente no reaparecen, mientras que los tumores malignos pueden regresar tras el tratamiento. No obstante, los tumores benignos pueden crecer considerablemente y, en ciertos casos, provocar síntomas graves o amenazar la vida del individuo, como ocurre con los que se localizan en el cerebro o en el encéfalo.

El cáncer representa una de las principales causas de muerte a nivel mundial, con una carga que se estima aumentará en un 60% en las próximas dos décadas y una mayor incidencia en países con alto desarrollo humano; en Ecuador, las estadísticas de 2018 revelan 165 casos de cáncer por cada 100,000 mujeres y 150 por cada 100,000 hombres, siendo el cáncer de próstata el más común en hombres (26%) y el de mama en mujeres (18.2%). A nivel global, en 2022, el cáncer de mama fue el más común en mujeres en la mayoría de los países, causando 670,000 muertes en todo el mundo, mientras que los tipos de cáncer que más muertes causaron en 2020 fueron el de pulmón, colorrectal, hepático, gástrico y de mama, siendo Japón, Rusia, Brasil y Alemania los países con más muertes por cáncer en 2022. En Estados Unidos, se notificaron más de 1.7 millones de nuevos casos en 2021 y más de 600,000 muertes en 2022, y en 2019, los cánceres fueron responsables de 31 millones de años de vida perdidos por muerte prematura.

La quimioterapia ha sido reconocida como un pilar fundamental en el tratamiento del cáncer, contribuyendo significativamente al aumento de la tasa de supervivencia en pacientes oncológicos. Diversos estudios han resaltado la eficacia de los medicamentos quimioterapéuticos en la reducción de tumores y la remisión de la enfermedad. Sin embargo, uno de los aspectos críticos que se han documentado en la literatura es el amplio espectro de efectos secundarios que pueden manifestarse durante y después de los ciclos de tratamiento. Estos efectos adversos no solo comprometen la salud física de los pacientes, sino que también impactan su bienestar emocional y su calidad de vida en general.

En la práctica clínica, se ha observado que muchos pacientes enfrentan desafíos significativos en su proceso de recuperación, lo que pone de relieve la necesidad de un enfoque integral en la atención post-quimioterapia. Los informes de la Organización Mundial de la Salud indican que un cuidado adecuado durante la fase de recuperación puede facilitar la reintegración social y profesional de los pacientes, al mismo tiempo que se reduce el riesgo de complicaciones asociadas con la quimioterapia. Sin embargo, a pesar de esta necesidad, existe una falta de directrices claras y accesibles que guíen a los profesionales de la salud en la implementación de cuidados específicos para estos pacientes.

La quimioterapia se utiliza para eliminar las células cancerosas en individuos diagnosticados con cáncer.

La quimioterapia se aplica en diversas circunstancias, ya sea como tratamiento principal para combatir el cáncer, como terapia adyuvante después de la cirugía para erradicar células cancerosas residuales, como terapia neoadyuvante para reducir el tamaño de un tumor y facilitar otros tratamientos, o como quimioterapia paliativa para aliviar los síntomas del cáncer, siendo los tipos de cáncer que más muertes causan el de pulmón, colorrectal, hepático, gástrico y de mama.

La quimioterapia es un tipo de tratamiento que utiliza potentes sustancias químicas para eliminar las células que crecen rápidamente en el organismo. Este enfoque es comúnmente empleado para combatir el cáncer, dado que las células tumorales se reproducen con mayor rapidez que muchas de las células sanas del cuerpo.

Existen diversos fármacos de quimioterapia que pueden ser administrados de forma individual o en combinación, lo que permite tratar una amplia gama de cánceres.

Aunque la quimioterapia es un método efectivo para abordar múltiples tipos de cáncer, también puede producir efectos secundarios. Algunos de estos efectos son leves y manejables, mientras que otros pueden dar lugar a complicaciones más serias.

La situación problemática que se presenta es, por tanto, la carencia de recursos estructurados que aborden las necesidades variadas de los pacientes post quimioterapia. Los profesionales de la salud, en particular Enfermeras y Enfermeros, a menudo se encuentran desprovistos de herramientas que les permitan ofrecer una atención personalizada que responda a los síntomas y complicaciones más comunes, tales como la fatiga, la neuropatía, o trastornos emocionales. Esto puede conducir a un tratamiento inadecuado de los síntomas, lo que podría resultar en una disminución de la calidad de vida del paciente y en una recuperación más prolongada y costosa.

Por tanto, se plantea el problema de cómo desarrollar una guía de cuidados que no solo contemple las complicaciones típicas que enfrentan los pacientes tras la quimioterapia, sino que también establezca recomendaciones prácticas y basadas en evidencia que sean accesibles a los profesionales de la salud. Esta investigación se enfocará en identificar adecuadamente estas complicaciones y articulando claridad en la práctica diaria, contribuyendo así a mejorar la atención integral de los pacientes en esta etapa decisiva de su tratamiento.

La atención a pacientes sometidos a quimioterapia presenta una serie de desafíos críticos que impactan no solo la salud física de los afectados, sino también su bienestar emocional y su calidad de vida durante el proceso de recuperación. Los efectos secundarios de los tratamientos oncológicos, que pueden incluir fatiga intensa, náuseas, neuropatía y depresión, son manifestaciones comunes que, si no se gestionan adecuada y proactivamente, pueden agravar la condición del paciente y complicar su recuperación (Blasco & Caballero, 2019). Esta situación se ve exacerbada por la falta de un enfoque estandarizado en la atención post-quimioterapia, lo que resulta en un cuidado inconsistente y a menudo inadecuado, donde las necesidades individuales de cada paciente pueden ser desatendidas.

La ausencia de directrices claras y accesibles que orienten a los profesionales de la salud en el manejo integral y personalizado de las complicaciones asociadas con la quimioterapia genera una serie de implicaciones negativas. En primer lugar, esto provoca un incremento en los síntomas físicos y emocionales de los pacientes, lo que puede dar lugar a un deterioro significativo en su calidad de vida. Además, la falta de una atención coherente se traduce en un mayor riesgo de reingresos hospitalarios, elevando los costos asociados y sobrecargando los sistemas de salud. En este contexto, se hace evidente la necesidad de desarrollar una guía específica para los cuidados de pacientes post quimioterapia, que no solo proporcione un marco de referencia claro para los profesionales de la salud, sino que también asegure una atención más integral y efectiva, favoreciendo así una recuperación más satisfactoria y humanizada para los pacientes. La implementación de esta herramienta podría ser vital para facilitar la recuperación,

proporcionando a los cuidadores las orientaciones necesarias para abordar de manera efectiva los retos que enfrentan sus pacientes en esta etapa crítica.

Objetivo general:

Elaborar una guía para el cuidado de pacientes adultos post quimioterapia.

Objetivos específicos:

1. Identificar los problemas que se generan en los pacientes adultos post quimioterapia.
2. Determinar los cuidados que se tienen que incorporar en pacientes adultos post quimioterapia.
3. Diseñar una guía que ayuden a minimizar las complicaciones en los pacientes adultos post quimioterapia.

La metodología empleada en este estudio se desarrollará bajo una investigación descriptiva y un enfoque cualitativo, combinando métodos teóricos y prácticos para obtener una visión integral sobre las necesidades de atención de los pacientes post quimioterapia. En primer lugar, se llevará a cabo una revisión sistemática de la literatura científica existente, donde se analizarán estudios previos que aborden los efectos secundarios de la quimioterapia y las intervenciones de enfermería más efectivas. Este análisis permitirá identificar las complicaciones más comunes que experimentan los pacientes y las prácticas recomendadas ampliamente aceptadas en el ámbito de la oncología. La revisión incluirá artículos de revistas indexadas, informes de organismos de salud y guías clínicas que aporten evidencia sólida respecto a los cuidados post tratamiento.

Complementariamente, se realizarán entrevistas cualitativas con profesionales de la salud, en particular enfermeras y enfermeros que atienden a pacientes oncológicos. Estas entrevistas buscarán recoger experiencias y perspectivas que permitan comprender la realidad clínica y las necesidades prácticas que enfrentan en su ejercicio diario. A través de un muestreo intencional, se seleccionarán

participantes con experiencia en la atención de pacientes post quimioterapia para garantizar que los datos obtenidos sean relevantes y representativos de las diversas realidades en contextos clínicos. Finalmente, los hallazgos de ambas metodologías se integrarán y se analizarán para desarrollar una guía de cuidados que contemple tanto la evidencia científica como las necesidades de los pacientes, asegurando así que sea un recurso útil y aplicable para los profesionales en su labor diaria, garantizando una atención integral e individualizada.

CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA

1.1. Cuidado de enfermería para pacientes post-quimioterapia

Este capítulo se presenta como un análisis crítico del estado actual del cuidado de enfermería para pacientes post-quimioterapia ambulatoria, alineando conceptos teóricos con investigaciones recientes y ofreciendo una base sólida para los siguientes capítulos de la tesis.

La quimioterapia es un tratamiento médico que emplea agentes químicos para combatir diversas enfermedades, principalmente el cáncer. Este enfoque terapéutico se basa en la capacidad de estos medicamentos para identificar y destruir células que se multiplican de manera descontrolada (American Cancer Society, 2024). Debido a que las células tumorales suelen crecer y dividirse a un ritmo superior al de las células sanas, la quimioterapia se convierte en una herramienta crucial para frenar o eliminar estos crecimientos anormales. Aunque este tratamiento puede producir efectos secundarios debido a su impacto en otras células de rápido crecimiento, como las de la médula ósea y el sistema digestivo, es una opción esencial en la lucha contra el cáncer, ayudando a los pacientes a mejorar su condición y, en algunos casos, a alcanzar la remisión.

La quimioterapia, comúnmente conocida como "quimio", es un tratamiento basado en el uso de fármacos que tienen la función de inhibir o ralentizar el crecimiento celular, siendo esta terapia una de las más utilizadas en el tratamiento del cáncer (Instituto Nacional del Cáncer, 2015). Existen numerosos medicamentos disponibles, y generalmente se emplean en combinación para potenciar su efectividad. Dependiendo de factores como el tipo de cáncer, su tamaño y la posibilidad de que se haya extendido, la quimioterapia puede no solo curar la enfermedad, sino también retrasar su avance o aliviar los síntomas asociados. Este tratamiento a menudo se complementa con otras modalidades, como la radioterapia o la cirugía (U.S. Centers for Disease Control and Prevention, 2025). Por ejemplo, se puede administrar quimioterapia a un paciente para disminuir el tamaño de un tumor antes de someterlo a una operación o radiación, o bien para eliminar

cualquier célula cancerosa que pudiera haber quedado después del procedimiento. Adicionalmente, hay ocasiones en las que se combinan agentes alternativos, como anticuerpos, que también ayudan a frenar el crecimiento tumoral.

En este contexto, se presenta la "Guía para Cuidados de Pacientes Adultos Post Quimioterapia" como un recurso valioso para empoderar a los pacientes y cuidadores. Esta guía ofrece un enfoque educativo que aborda los principales desafíos y necesidades que surgen durante la etapa de recuperación post-quimioterapia ambulatoria. Al ser una guía educativa, brinda a los pacientes y sus familias la información y las pautas necesarias para manejar de manera efectiva los efectos secundarios, cuidar de la higiene y la alimentación, controlar el dolor y los síntomas, realizar un seguimiento médico adecuado y acceder a un apoyo emocional y psicológico.

Además, la guía educativa se presenta como una herramienta fundamental para empoderar a los pacientes adultos post-quimioterapia ambulatoria y a sus cuidadores, brindándoles las estrategias y recursos necesarios para lograr una recuperación integral y exitosa. Al proporcionar información clara y práctica, la guía busca capacitar a los pacientes y sus familias, permitiéndoles asumir un papel activo en su propio cuidado y mejorar así su calidad de vida durante y después del tratamiento.

Quimioterapia

La quimioterapia se puede clasificar de diversas maneras, incluyendo su vía de administración, el número de fármacos utilizados simultáneamente, su mecanismo de acción y la intención del tratamiento.

Clasificación según el mecanismo de acción

Los fármacos quimioterapéuticos se agrupan en distintas familias, como los alquilantes, antimetabolitos e inhibidores de la topoisomerasa, cada uno con un modo de acción específico sobre las células tumorales (American Cancer Society,

2019). Es relevante señalar que no todos los medicamentos son efectivos para todos los tipos de cáncer. Por lo tanto, es posible que dos pacientes con cáncer en el mismo órgano reciban tratamientos diferentes, dependiendo del tipo de tumor diagnosticado.

Administración de quimioterapia

La quimioterapia se puede administrar de las siguientes formas según el Instituto Nacional del Cáncer (2015) en:

Oral: Los medicamentos se administran en forma de píldoras, comprimidos o cápsulas, similares a los fármacos comunes como el paracetamol o el ibuprofeno. Las pautas de administración pueden variar: se puede tomar diariamente o durante períodos específicos (3, 5 o 15 días consecutivos, cada 8, 12 o 24 horas), y puede requerirse tomarlo en ayunas o con alimentos.

Intramuscular: Se administra mediante una inyección en un músculo, como el brazo, de manera similar a una vacuna.

Endovenosa: Este tipo se introduce directamente en el torrente sanguíneo a través de una vena, generalmente en el brazo, como si se tratara de un suero. Antes de la primera administración, el paciente será evaluado por una enfermera del equipo oncológico, quien recomendará el método más adecuado para minimizar posibles complicaciones (dolor, infección, extravasación). La administración puede realizarse a través de una vía periférica, un puerto-a-cath o un PICC (catéter venoso central de inserción periférica), dependiendo del tipo de quimioterapia y del acceso venoso necesario.

Intraperitoneal: En casos selectos de cáncer, la quimioterapia puede administrarse directamente en la cavidad abdominal mediante un catéter.

Es importante mencionar que, a pesar de la percepción común, los efectos secundarios y la tolerancia a los diferentes tipos de quimioterapia no dependen

únicamente de la vía de administración; por ejemplo, un medicamento oral no necesariamente tiene menos efectos adversos que uno administrado por vía endovenosa.

Clasificación según el número de fármacos

Para Guillén Ponce & Molina Garrido (2023), el modo de administración de estos fármacos es:

Monoterapia: Consiste en la administración de un solo fármaco en cada ciclo.

Poliquimioterapia: Implica el uso de múltiples fármacos quimioterapéuticos, que pueden administrarse el mismo día o en días diferentes dentro de un ciclo. En ocasiones, se combinan con otros tratamientos, como la inmunoterapia.

Tipos de quimioterapia

La quimioterapia al ser un tratamiento del cáncer suele combinar la cirugía y la radioterapia para que el tratamiento alcance mejores resultados. Con el objetivo de administrar la destrucción de las células tumorales. Según las doctoras Guillén Ponce & Molina Garrido (2023). Los tratamientos de quimioterapia también se pueden clasificar en:

Curativa: Su propósito es erradicar el cáncer, ya sea de forma independiente o como complemento a otros tratamientos como cirugía o radioterapia. Este tipo se puede subdividir según el momento en que se administran los tratamientos.

Neoadyuvante: Se aplica antes de cirugía o radioterapia para reducir el tamaño del tumor y evaluar su sensibilidad a la quimioterapia.

Adyuvante: Se administra después de un tratamiento radical, como la cirugía, para tratar posibles micro metástasis que puedan haber quedado y disminuir el riesgo de recurrencia del cáncer.

Concomitante: Se utiliza junto con la radioterapia para potenciar su eficacia.

Paliativa: Aunque a menudo se asocia con pacientes en etapas avanzadas, la quimioterapia paliativa puede prolongar la supervivencia, incluso durante años en ciertos tipos de tumores. Se aplica a pacientes con diagnósticos de cáncer incurable, ayudando a controlar el crecimiento tumoral y a aliviar síntomas como sangrado, dolor o dificultad para respirar.

Posibles complicaciones

Las complicaciones asociadas a la quimioterapia surgen por el impacto de este tratamiento en las células en proceso de reproducción del organismo, tanto tumorales como sanas. Entre estas se incluyen células de los folículos pilosos (responsables del crecimiento del cabello), células sanguíneas y células de la piel. Cuando estas células sanas no logran regenerarse adecuadamente, se manifiestan los efectos secundarios (American Cancer Society, 2019).

Es fundamental señalar que las complicaciones mencionadas son solo "posibles". Esto significa que no todos los pacientes experimentarán todos los efectos adversos, e incluso hay quienes pueden no presentar ningún síntoma. Asimismo, es importante tener en cuenta que las diferentes quimioterapias pueden ocasionar efectos secundarios variados y de distintas intensidades.

1.2. Efectos secundarios de la quimioterapia

La quimioterapia se dispersa por todo el cuerpo, lo que significa que los efectos secundarios pueden manifestarse en diversas partes del organismo, no solo en la zona donde se encuentra el tumor. La naturaleza y la gravedad de estos efectos pueden variar según el tipo de fármaco utilizado y la individualidad del paciente. Aunque la mayoría de los efectos secundarios tienden a disminuir de manera gradual una vez concluido el tratamiento, existen casos en los que pueden ocurrir daños duraderos.

La Universidad de Barcelona (2018) establece los siguientes efectos adversos de la quimioterapia y describe: la fiebre, mucositis, náuseas y vómitos, diarrea, estreñimiento, anorexia, xerostomía, disgeusia, alteraciones de la médula ósea, entre otras que se describen a continuación:

Fiebre

La fiebre puede ser un efecto secundario directo de los medicamentos administrados durante el tratamiento. Usualmente, se presenta en las primeras horas después de la aplicación del fármaco y tiende a resolverse rápidamente (Ramón-Romero & Farías, 2014). Sin embargo, también puede ser indicativa de una infección, que surge como resultado de la inmunosupresión provocada por la terapia y que requiere tratamiento antibiótico.

Inflamación de las mucosas (mucositis) La mucositis es la inflamación de las membranas mucosas, que puede dar lugar a llagas o úlceras muy dolorosas. Esta afección se observa con mayor frecuencia en la mucosa oral, incluyendo los labios, la lengua, el paladar y la garganta (Prashant & Morales, 2022).

Problemas gastrointestinales:

Náuseas y vómitos: Las náuseas y los vómitos son efectos secundarios frecuentes en los pacientes que reciben quimioterapia, y pueden presentarse incluso a pesar de los tratamientos preventivos. Es importante recordar que cada régimen quimioterapéutico es particular para cada paciente, lo que significa que la frecuencia e intensidad de estos síntomas varían según el tipo de tratamiento y la sensibilidad individual (Instituto Nacional del Cáncer, 2024).

Además de los antieméticos, que son fármacos diseñados para aliviar las náuseas y evitar el vómito, a menudo se recomienda el uso de ansiolíticos y técnicas de relajación para ayudar a disminuir la ansiedad general que pueden experimentar los pacientes.

Diarrea: A veces, la quimioterapia puede influir en las células que recubren el intestino, alterando su funcionamiento habitual. Esto puede hacer que el intestino tenga más dificultad para absorber el agua y los nutrientes esenciales, lo que puede resultar en diarrea. Por suerte, tu equipo de salud está preparado para ayudarte: existen medicamentos que pueden prevenir o detener la diarrea lo antes posible. (Instituto Nacional del Cáncer, 2024). Además de los fármacos, hay algunos cuidados que puedes tener para manejar este síntoma. Una dieta suave, con alimentos bajos en fibra como arroz o pescado hervido, o manzana cocida, pueden ser de gran ayuda. Es importante tomar los líquidos poco a poco y evitar por un tiempo los lácteos, el café y el alcohol. Es bueno saber que, en algunos casos, la diarrea puede ser más intensa y durar varios días con muchas deposiciones al día. En esos momentos, es fundamental contactar con tu equipo médico para que te den las pautas y cuidados más adecuados para tu caso.

Estreñimiento: El estreñimiento se define como la disminución de la frecuencia de las evacuaciones a menos de dos veces por semana, acompañado de heces que son duras y difíciles de expulsar, lo que puede causar molestias y dolor (Asociación Española Contra el Cáncer, 2024). Esta es una de las complicaciones intestinales más comunes en pacientes con cáncer, afectando hasta un 40% de aquellos con enfermedades avanzadas. Esta cifra se eleva hasta un 90% en individuos que utilizan opiáceos, como morfina, codeína y tebaína, para controlar el dolor o la tos. En ciertos casos, el estreñimiento puede ser un signo de un problema subyacente más serio que podría requerir investigaciones adicionales.

Pérdida de apetito o anorexia: La pérdida de apetito, a menudo conocida como anorexia, se caracteriza por la falta de interés en la comida y la ausencia de la sensación de hambre (U.S. News & World Report , 2025). Esta condición puede generar un desinterés total por comer y llevar a los pacientes a evitar probar alimentos, lo que a menudo afecta su bienestar general y su calidad de vida.

Boca seca (xerostomía): La boca seca, también conocida como xerostomía, ocurre cuando las glándulas salivales no generan suficiente saliva. Esta condición se presenta como una sensación subjetiva que puede afectar considerablemente

la calidad de vida de quienes la padecen (Mayo Clinic, 2024). La saliva es esencial para realizar funciones cotidianas como masticar, tragar, saborear y hablar, por lo que la sequedad bucal puede dificultar estas actividades y provocar malestar.

Alteraciones del gusto (disgeusia): Las alteraciones del gusto, o disgeusia, se refieren a los cambios en la percepción del sabor de ciertos alimentos. Esto puede manifestarse como una disminución en la intensidad del sabor de algunas comidas o como la aparición de un gusto desagradable, a menudo metálico o amargo, especialmente al consumir alimentos ricos en proteínas, como la carne y el pescado (Instituto Nacional de Investigación Dental y Craneofacial, 2018). Estos cambios en la percepción gustativa pueden llevar a la pérdida de apetito, disminución de peso y aversión hacia la comida.

Otras alteraciones como:

La reducción en la cantidad de células sanguíneas, tanto glóbulos rojos como blancos, es especialmente preocupante debido a que afecta crucialmente tanto a los mecanismos de defensa del organismo como a la capacidad de transportar oxígeno en la sangre (Mayo Clinic, 2024).

Bajada de defensas (neutropenia): La neutropenia se refiere a la reducción en la cantidad de glóbulos blancos en el torrente sanguíneo. Esta condición puede aumentar el riesgo de infecciones, las cuales a menudo se presentan con síntomas como fiebre (Dale, 2023).

Bajada de glóbulos rojos (anemia): La anemia implica una disminución en los niveles de hemoglobina y hematocrito en la sangre, lo que se traduce en síntomas como cansancio extremo, debilidad y fatiga intensa. Estas manifestaciones pueden afectar significativamente la calidad de vida del paciente (Gerber, 2024).

Bajada de plaquetas (trombocitopenia): La plaquetopenia se caracteriza por una reducción en la cantidad de plaquetas en la sangre. Esta disminución puede aumentar la predisposición a desarrollar hematomas y a sufrir hemorragias, lo que

puede ser preocupante para los pacientes y requiere un seguimiento cuidadoso (Mayo Clinic, 2022).

Fundamentos teóricos sobre la caída del cabello (alopecia): La alopecia inducida por fármacos es una condición que resulta de la interacción de ciertos medicamentos con el folículo piloso, lo que puede llevar a su destrucción y, en consecuencia, a la pérdida del cabello. Este efecto adverso no es común a todos los tratamientos, dado que depende del tipo específico de fármaco utilizado. En algunos casos, la caída del cabello puede ser generalizada, afectando no solo el cuero cabelludo, sino también otras áreas del cuerpo, como las axilas, las piernas, los brazos, las cejas y las pestañas (Goñi Navarro, Bueno Sáinz, Yárnoz Goñi, & Mollá Roig, 2022).

Este fenómeno suele manifestarse entre las dos y tres semanas después de haber comenzado el tratamiento, y afortunadamente, es reversible. Al caer el cabello, puede presentar una sensación de incomodidad en el cuero cabelludo, debido a un proceso inflamatorio que acompaña la caída. Una vez suspendido el medicamento, el crecimiento capilar suele reanudarse entre dos y tres meses después de finalizar el tratamiento, aunque el nuevo cabello puede ser inicialmente más fino y diferir en características del cabello original, como color o textura (más rizado o liso). Estos cambios, que pueden ser temporales o permanentes.

Alteraciones en la piel y las uñas

Los efectos secundarios sobre la piel que pueden acompañar el uso de ciertos medicamentos incluyen picazón (prurito), enrojecimiento (eritema), sequía y descamación. Aunque generalmente estos síntomas no son graves, es importante monitorearlos de cerca (Instituto Nacional del Cáncer, 2019). En caso de que se presente picor repentino o intenso, erupciones cutáneas, habones o dificultades para respirar, podrá significar una reacción alérgica.

Otro efecto posible es la fotosensibilidad cutánea, lo que significa que la piel se vuelve más sensible a la luz solar, aumentando la vulnerabilidad a quemaduras

solares y alteraciones en la tonalidad de la piel, como la aparición de manchas solares. Además, las uñas pueden sufrir cambios, presentando coloración oscura, mayor fragilidad, quiebres con facilidad y la aparición de bandas verticales en su superficie. Estos síntomas también estarán monitoreados y gestionados adecuadamente.

Implementación de los cuidados post quimioterapia

Las recomendaciones para quienes han sobrevivido al cáncer son, las mismas que para cualquier persona que desee cuidar su salud: hacer ejercicio regularmente, mantener una alimentación balanceada, lograr un peso saludable, descansar lo suficiente, reducir el estrés, evitar el tabaco y limitar el consumo de alcohol (Mayo Clinic, 2022). Sin embargo, adoptar algunas estrategias adicionales puede ofrecer beneficios aún mayores. Estas simples medidas no solo mejoran la calidad de vida, sino que también son esenciales para el bienestar.

Ejercicio

El ejercicio regular beneficia a los pacientes en tratamiento de quimioterapia al mejorar la resistencia y fuerza, contribuyendo a mitigar la fatiga, que a menudo caracteriza esta etapa. Además, la actividad física puede ayudar a reducir la ansiedad y la depresión, fomentando un estado de salud emocional más positivo (American Cancer Society, 2022). Mantenerse activo no solo ayuda a controlar el peso corporal, sino que también potencia el bienestar general, facilitando la adaptación a los efectos secundarios del tratamiento. Asimismo, el ejercicio refuerza el sistema inmunológico, promueve la movilidad y funcionalidad, y puede mejorar la calidad del sueño, aspectos fundamentales para una recuperación efectiva. Es esencial que los pacientes consulten con su equipo médico previo a iniciar cualquier programa de ejercicio, de manera que este se ajuste a sus necesidades particulares y condiciones de salud, asegurando así que los beneficios se maximicen y los riesgos se minimicen.

El ejercicio también beneficia la salud cardiovascular, pulmonar y de otros sistemas. Según la Sociedad Americana contra el Cáncer (2022), se recomienda que los adultos que han sobrevivido al cáncer realicen entre 150 y 300 minutos de ejercicio a la semana, incorporando ejercicios de fortalecimiento muscular al menos dos veces por semana, con al menos un día de descanso entre ellos.

Alimentación balanceada

El Instituto Nacional del Cáncer (2024) indica que, las personas con cáncer necesitan alimentarse de diferentes formas que se considera saludables. Para mantener una dieta equilibrada es otra prioridad que los sobrevivientes de cáncer deben:

Consumir entre 2.5 y 3 tazas de verduras y de 1.5 a 2 tazas de frutas diariamente.

Elegir grasas más saludables, como los ácidos grasos omega-3 presentes en el pescado y las nueces.

Optar por fuentes de proteína bajas en grasas saturadas, como pescados, carnes magras, huevos, nueces, semillas y legumbres.

Seleccionar carbohidratos saludables, como granos enteros, legumbres, frutas y verduras.

Al seguir estas pautas, se aseguran de obtener muchos de los nutrientes y vitaminas necesarios para fortalecer el cuerpo. Aunque hay investigaciones sobre dietas específicas que pueden impactar la recurrencia del cáncer, todavía no se ha demostrado que una dieta particular prevenga su regreso. Por eso, es recomendable mantener una alimentación variada que priorice el consumo de frutas y verduras.

1.3. Rol del equipo de enfermería en el manejo post quimioterapia ambulatoria

El rol principal del equipo de enfermería en el manejo post quimioterapia ambulatoria es brindar atención integral y continua al paciente adulto que ha recibido tratamiento oncológico ambulatorio (Menéndez Oña, Valbuena Salazar, & Sánchez Velásquez, 2023). Una de las funciones más importantes es la educación al paciente y familia que incluyen:

Fomento del autocuidado: La prioridad de los profesionales de enfermería es incentivar el auto cuidado en los pacientes por lo que debemos educar al familiar, cuidador y paciente sobre los recursos adecuados que le ayuden a él en el auto cuidado (Muñoz Seco, Camarelles Guillen, & Campo Giménez, 2024). Promover la autonomía del paciente es clave en su recuperación. El personal de enfermería debe alentar al paciente a participar en su propio cuidado y brindarle recursos que faciliten su rehabilitación y el manejo de su salud en casa.

Manejo del dolor: El personal de enfermería desempeña un papel crucial en el manejo del dolor de pacientes post-quimioterapia ambulatoria. Se tiene que brindar educación integral al paciente, familia y cuidadores sobre el correcto uso de analgésicos recetados, incluyendo dosis, frecuencia, vías de administración y efectos secundarios. El personal de enfermería estará atento a cualquier indicio de malestar o aumento del dolor, comunicándolo al médico para ajustar el tratamiento según las necesidades individuales (León, Santa-cruz, Martínez-Rojas, & Ibtá-Bernal, 2019).

Además, puede ayudar a los pacientes a encontrar estrategias complementarias, como técnicas de relajación y terapias físicas, para aliviar el dolor y mejorar su calidad de vida durante la recuperación.

Control de efectos secundarios del tratamiento: Las terapias como la quimioterapia y la radioterapia pueden generar efectos adversos como náuseas, vómitos, fatiga y debilidad por lo que el personal de enfermería debe indicar al paciente, familiar o cuidador sobre estos efectos secundarios (Memorial Sloan

Kettering Cancer Center, 2023). Es fundamental que la enfermera evalúe continuamente estos síntomas y proporcione los cuidados necesarios para reducir su impacto en la calidad de vida del paciente.

Prevención de infecciones: Es importante que el personal de enfermería eduque al paciente, familiar o cuidador que, dado que los pacientes con cáncer tienen un sistema inmunológico comprometido, son más propensos a contraer infecciones (Limón, 2023). El personal de enfermería debe implementar medidas de prevención estrictas y contar con el equipo de bioseguridad correspondiente para ellos y sus pacientes siguiendo las pautas de asepsia y control de infecciones para proteger la salud del paciente.

Monitoreo del estado nutricional: La nutrición juega un papel vital en la recuperación de los pacientes oncológicos por tanto el profesional de enfermería debe realizar un seguimiento del estado nutricional según la dieta prescrita por el nutricionista, el profesional de enfermería debe realizar el trabajo conjunto el nutricionista para verificar los menús entregados al paciente y sugerir ajustes a necesidades de cada paciente (Palma Gutierrez, Savino-Lloreda, & Joy, 2022).

Apoyo emocional: El personal de enfermería debe educar al paciente, familiares y cuidadores sobre la importancia del apoyo emocional durante la recuperación post-quimioterapia. Debe explicarles que experimentar emociones como ansiedad, depresión, miedo o incertidumbre es normal y en caso de ser necesario tomar terapia con el especialista (Duque Delgado, Rincón Elvira, & León Gómez, 2021).

CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO

2.1. Enfoque de investigación

La presente investigación se desarrollará bajo un enfoque cualitativo de tipo descriptivo, buscando trascender la mera observación para adentrarnos en el mundo de los profesionales de enfermería que acompañan a pacientes adultos en su camino post-quimioterapia ambulatoria. Este enfoque nos permitirá no solo documentar sus prácticas, sino también comprender las emociones, los desafíos éticos y las recompensas personales que experimentan en su día a día.

El enfoque cualitativo, con su énfasis en la recolección y análisis de datos no numéricos, nos abre la puerta a explorar las vivencias, percepciones y significados que el personal de enfermería otorga a su labor. A través de entrevistas en profundidad, observaciones participativas y análisis de documentos, buscaremos capturar la complejidad de sus interacciones con los pacientes, sus familias y el sistema de salud en general. Queremos entender cómo construyen relaciones de confianza, cómo manejan la incertidumbre y cómo encuentran sentido a su trabajo en medio del sufrimiento.

2.2. Tipo de investigación

El carácter descriptivo de la investigación nos permitirá detallar y analizar las características, patrones y tendencias que emergen en la práctica de enfermería con esta población vulnerable. No nos limitaremos a enumerar las estrategias e intervenciones que utilizan, sino que intentaremos comprender por qué eligen unas sobre otras, cómo las adaptan a las necesidades individuales de cada paciente, y qué resultados obtienen en términos de bienestar, calidad de vida y esperanza.

En definitiva, el enfoque cualitativo y el diseño descriptivo de la investigación nos brindarán una lente poderosa para examinar las experiencias, percepciones y prácticas de los profesionales de enfermería desde una perspectiva holística y detallada. Aspiramos a generar un conocimiento profundo y contextualizado que no

solo informe la práctica clínica, sino que también inspire la reflexión ética, el desarrollo profesional y la defensa de los derechos de los pacientes adultos post-quimioterapia ambulatoria. Queremos dar voz a quienes cuidan, para que sus historias y sus conocimientos puedan transformar la atención oncológica.

La población de este estudio serán los profesionales de enfermería que brindan atención en el servicio de quimioterapia ambulatoria. Se utilizará un muestreo intencional para seleccionar a los participantes, incluyendo enfermeras y enfermeros con experiencia en el cuidado de pacientes post quimioterapia.

Tipo de recolección de la información:

Para la recolección de información se emplearán los siguientes métodos, técnicas e instrumentos:

Métodos:

Documental: Se analizarán un análisis de estudios previos, guías clínicas y documentos relevantes que aborden las intervenciones de enfermería más efectivas para el cuidado de pacientes adultos post quimioterapia ambulatoria.

Entrevistas: Se realizarán entrevistas semiestructuradas a profesionales de enfermería que brindan atención en el servicio de quimioterapia ambulatoria.

Técnicas e instrumentos:

Entrevista: Se crearán preguntas que serán revisadas y evaluadas por expertos en quimioterapia ambulatoria para identificar las necesidades específicas para la entrevista. A través de uno de los análisis se evaluará la educación que requieren los pacientes tras la quimioterapia ambulatoria, a partir de la cual se diseñará un cuestionario enfocado en estas necesidades. Esto permitirá desarrollar una guía de entrevista que explore las prácticas, retos y requerimientos de los profesionales de enfermería en el cuidado de estos pacientes. Los resultados obtenidos servirán

como fundamento para crear una guía de cuidados que satisfaga las demandas reales de los enfermeros y, en última instancia, mejore la calidad de vida de los pacientes.

2.3. Procesamiento y análisis de la información

Los datos obtenidos a través de las entrevistas serán transcritos y analizados utilizando técnicas de análisis de contenido. Se identificarán temas recurrentes, patrones y categorías emergentes, lo que permitirá comprender en profundidad las prácticas de enfermería empleadas, los desafíos enfrentados y las necesidades de capacitación y recursos para brindar una atención integral a los pacientes post quimioterapia ambulatoria.

Tipos de investigación:

Método documental

El método documental, en esencia, es como una inmersión profunda en el océano del conocimiento existente. En lugar de crear datos nuevos desde cero, nos enfocamos en examinar, analizar y sintetizar la información que ya ha sido documentada por otros investigadores, expertos y profesionales de la salud.

En el contexto de esta investigación, el método documental se convierte en una herramienta esencial para comprender a fondo el panorama actual de los cuidados post-quimioterapia. Nos permite explorar las diferentes perspectivas, enfoques y estrategias que se han desarrollado a lo largo del tiempo, identificando tanto los éxitos como los desafíos que se han presentado.

Este proyecto nos ha llevado a comprender que el cuidado post-quimioterapia trasciende lo físico, requiriendo un enfoque holístico y empático. Promover hábitos saludables, como el ejercicio y una dieta equilibrada siguiendo las pautas de la Sociedad Americana contra el Cáncer, es esencial para la recuperación y el bienestar. El equipo de enfermería juega un rol crucial debido a que brinda atención

integral, educando y empoderando al paciente para el autocuidado. La guía educativa se presenta como una herramienta valiosa para que el personal de salud tanto médicos como enfermeras puedan educar al paciente, familia y cuidadores, ofreciendo información, estrategias y acceso a recursos comunitarios, con el objetivo de maximizar la recuperación y asegurar una vida plena y saludable después del tratamiento, promoviendo así un cuidado más humano y centrado en las necesidades del paciente oncológico.

El análisis de estos documentos no se limita a la simple recopilación de información. Implica un proceso crítico y reflexivo que busca identificar patrones, tendencias, contradicciones y vacíos en el conocimiento existente. Se trata de construir un marco conceptual sólido que nos permita comprender la complejidad del cuidado post-quimioterapia y diseñar intervenciones más efectivas.

Al concluir la investigación, el método documental nos permitirá desarrollar propuestas de cuidado que estén firmemente fundamentadas en la evidencia científica y en las mejores prácticas disponibles. El objetivo final es crear una base de datos exhaustiva y organizada que facilite el acceso a la información relevante sobre los cuidados post-quimioterapia, tanto para profesionales de la salud como para pacientes y sus familias. Esta base de datos permitirá personalizar los cuidados de acuerdo con las necesidades individuales de cada paciente, al tiempo que promoverá la estandarización de las prácticas basadas en evidencia.

Población/muestra

Para esta investigación, definimos la población como el conjunto total de profesionales de enfermería que laboran en la Sociedad de Lucha Contra el Cáncer (SOLCA). Reconocemos la diversidad de roles y responsabilidades que estos profesionales desempeñan en las diferentes áreas de la institución, contribuyendo de manera invaluable al cuidado de los pacientes oncológicos.

Sin embargo, dado el enfoque específico de este estudio en el cuidado post-quimioterapia ambulatoria, la muestra se constituyó por aquellos profesionales que

están directamente involucrados en la atención de pacientes adultos que reciben quimioterapia de forma ambulatoria. En concreto, logramos contar con la participación de seis enfermeros(as) que trabajan activamente en el área de quimioterapia ambulatoria de SOLCA.

Es importante destacar que estos seis profesionales atienden, en promedio, a quince pacientes por turno. Esto significa que tienen un contacto cercano y continuo con los pacientes durante su proceso de quimioterapia, lo que les permite desarrollar un conocimiento profundo de sus necesidades, desafíos y experiencias. Su participación en este estudio es fundamental, para valorar su perspectiva y conocimiento práctico enriquecerán significativamente la guía de cuidados que buscamos desarrollar.

Reconocemos que esta muestra puede parecer pequeña en número, pero creemos que la riqueza de la información que pueden aportar estos profesionales, combinada con la investigación documental y el análisis de las necesidades de los pacientes, nos permitirá crear una guía de cuidados valiosa y relevante para mejorar la calidad de vida de los pacientes que reciben quimioterapia ambulatoria.

En futuras investigaciones, sería interesante ampliar la muestra para incluir a profesionales de otras áreas de SOLCA y de otras instituciones oncológicas, para obtener una visión aún más completa y diversa del cuidado post-quimioterapia.

Análisis e interpretación de los resultados de la investigación

Preguntas: ¿Qué problemas o complicaciones ha observado comúnmente en pacientes adultos post-quimioterapia?

Profesional 1: inmunodepresión, defensas bajas.

Profesional 2: caída del cabello, decaimiento, diarrea, cansancio, náuseas y vomito.

Profesional 3: no toleran alimentos, vomito, decaimiento, caída del cabello.

Profesional 4: náuseas, vomito, caída del cabello, hiperpigmentación de la piel.

Profesional 5: rash, eritema, disnea, exantemas, bradicardias, calambres.

Análisis: Es importante conocer las diversas complicaciones que pueden presentar los pacientes post quimioterapia ambulatoria, el identificar el conocimiento que tienen los profesionales nos permite entender a fondo los problemas más comunes y poder proponer un plan de cuidados personalizado para cada paciente; mejorando las intervenciones. Las indicaciones tienen que ser específicas y eficaces para controlar y mitigar estas complicaciones.

Para esto la educación a pacientes, familiares y cuidadores fomentará el trabajo en conjunto con un equipo multidisciplinario para con esto brindar una atención integral. Esta información servirá de base para estandarizar procedimientos de monitoreo, intervención, y seguimiento a pacientes post quimioterapia optimizando la calidad de la atención

¿Qué medidas o cuidados recomienda usted para pacientes adultos en recuperación post-quimioterapia?

Profesional 1: Reposo

Profesional 2: Ayuda psicológica, consulta con el nutricionista, alimentación complementaria que ayude a subir sus defensas y el cumplimiento de la dieta.

Profesional 3: hidratación, reforzar su sistema inmunológico, alimentos adecuados para evitar estreñimientos, cumplir con los enjuagues bucales, cumplir con la dieta.

Profesional 4: adecuada alimentación, hidratación, cumplimiento de la dieta cumplir con los enjuagues bucales.

Profesional 5: apoyo psicológico.

Análisis: Al realizar un análisis de las respuestas de los profesionales, pude identificar en estas entrevistas que los profesionales difieren en las respuestas, pero llegan a la conclusión que una valoración adecuada permitirá identificar los cuidados oportunos e individualizados en cada paciente. Es importante mencionar que un paciente inmunodeprimido presenta muchas necesidades que tienen que ser priorizadas según cada circunstancia.

Las principales recomendaciones de cuidados para pacientes adultos en recuperación post-quimioterapia se centran en la evaluación y monitoreo integral, la prevención y manejo de complicaciones, la educación y empoderamiento del paciente y la familia, la coordinación efectiva del equipo interdisciplinario y la mejora continua de los procesos de atención de enfermería. Estas medidas buscan optimizar la calidad de los cuidados y contribuir a la recuperación y bienestar de esta población vulnerable

¿Qué tipo de seguimiento y monitoreo considera importante para pacientes post-quimioterapia?

Profesional 1: consulta oncológica

Profesional 2: consulta oncológica, consulta con el nutricionista y con el psicólogo.

Profesional 3: consulta con el psicólogo, nutricionista y oncología.

Profesional 4: consulta con el oncólogo, psicólogo y nutricionista.

Profesional 5: consulta oncológica, seguimiento y monitorea de su conservación.

Análisis: Como podemos observar los profesionales entrevistados nos entregan sus prioridades de seguimiento de especialidad a los pacientes, para esto el profesional de enfermería debe garantizar el seguimiento y monitoreo continuo adecuado a la persona. Esto es un aspecto crucial en la atención y recuperación del paciente post-quimioterapia; dentro de las respuestas podemos observar que la consulta con la especialidad de oncología es de suma importancia para la evaluación continua según los profesionales; pero debemos identificar que el seguimiento lo debe hacer un equipo multidisciplinario, primordialmente si se han observado o valorado las necesidades que requiere el usuario.

Considero que un seguimiento y monitoreo integral, que involucre la valoración inicial, el control constante del estado de salud, la educación y empoderamiento del paciente, la coordinación interdisciplinaria y el registro adecuado de la información, son fundamentales para brindar una atención de calidad y contribuir a la recuperación de los pacientes post-quimioterapia. Además, la mejora continua de los procesos y la capacitación del personal de enfermería son esenciales para

optimizar los cuidados y garantizar mejores resultados en esta población vulnerable.

¿Considera que los pacientes reciben suficiente información sobre los cuidados necesarios después de la quimioterapia?

Profesional 1: Todos los pacientes que reciben quimioterapia son educados por el personal de salud que los atiende dándoles las guías y pautas necesarias para el bienestar de cada uno de los pacientes.

Profesional 2: Muy poca por parte de los médicos, de parte de las enfermeras que nos encontramos en la quimio ambulatoria si les brindamos más información, pero no es suficiente porque también carecemos de conocimiento.

Profesional 3: Por parte de enfermería sí, pero por los demás profesionales se debería mejorar los cuidados a los pacientes que reciben inician la quimioterapia tienen muchas dudas sobre las reacciones adversas.

Profesional 4: No, el personal de salud no brinda información adecuada, esto también se debe a la falta de personal.

Profesional 5: Los pacientes siempre tienen dudas y desconocimiento.

Análisis: Al realizar el análisis de las entrevistas a los profesionales, podemos conocer que no existe un consenso sobre la educación adecuada que debe recibir los pacientes, familiares y cuidadores, mencionando que la coordinación entre médicos, enfermeras, nutricionistas, fisioterapeutas, entre otros, es fundamental para brindar una información coherente y orientada a las necesidades específicas del paciente.

En muchos casos, los pacientes no reciben suficiente información sobre los cuidados necesarios después de la quimioterapia. Esta situación puede tener un impacto negativo en la calidad de vida y la recuperación de los pacientes. Por lo tanto, es crucial que, como profesionales de salud, asumamos un papel proactivo en la educación y el empoderamiento de los pacientes, trabajando de manera coordinada con el equipo interdisciplinario para brindar una atención integral y mejorar los resultados de salud de esta población vulnerable.

¿Qué tan efectivo creen usted son los cuidados actuales para prevenir complicaciones post quimioterapia?

Profesional 1: La falta de atención en los cuidados que se les indica a los pacientes o el desinterés de estos suele llevar a recaídas por no cuidarse de enfermedades virales.

Profesional 2: No son tan efectivos debido a que el personal de salud carecemos de información acerca de los cuidados y no educamos de una manera adecuada al paciente para que él pueda prevenir complicaciones.

Profesional 3: depende de la educación brindada por el personal de salud y su cuidador. No es tan efectiva

Profesional 4: No es tan efectiva porque se carece de información.

Profesional 5: Se debería mejorar día a día se administran nuevos fármacos y cada paciente presenta diferentes tipos y formas de afecto adverso.

Análisis: Al momento de entrevistar a los profesionales sobre la efectividad de los cuidados actuales, ellos mencionan e identifican que carecen de una información adecuada para poder educar a los pacientes; sobre la rotación de fármacos es una actividad diaria, no todos los tratamientos son continuos. Las necesidades de los pacientes en cuestión al tratamiento varían; es por eso que el personal debe estar al día en su aprendizaje para que pueda educar de manera adecuada al paciente, familia y cuidador.

Los profesionales de salud reconocen la carencia de información para prevenir complicaciones post-quimioterapia, es evidente que existen oportunidades de mejora en los cuidados actuales. Estas mejoras deben enfocarse en la capacitación del personal, la estandarización de protocolos, la coordinación interdisciplinaria y la educación integral de los pacientes y sus familias. Solo a través de un abordaje integral y basado en la evidencia, se podrá incrementar la efectividad de los cuidados y lograr mejores resultados de salud para esta población vulnerable.

¿Qué barreras ha enfrentado a la hora de brindar información sobre cuidados efectivos a pacientes post quimioterapia?

Profesional 1: La negativa de muchos pacientes al momento de indicar los cuidados que tienen que tener en sus casas y su dieta.

Profesional 2: La falta de conocimiento para educar a los pacientes.

Profesional 3: Falta de conocimiento sobre la especialidad de oncología es un área de la salud completamente diferente y de más cuidado.

Profesional 4: La falta de conocimiento, no preparar al personal, falta de capacitaciones.

Profesional 5: La falta de conocimiento del personal de salud, falta de capacitaciones.

Análisis: En la entrevista realizada a los profesionales, mencionan que existe una falta de conocimiento en todo lo que corresponde a la administración de quimioterapia en general, principalmente en que cuidados adecuados se debe abordar al paciente. Por ende, es importante que el personal reciba capacitaciones continuas y adecuadas en lo referente a oncología y cuidados post quimioterapia. Los pacientes no reciben solo un tratamiento sino varían dependiendo sus necesidades. También es importante mejorar, las habilidades de comunicación y empatía con el paciente porque la mayoría de pacientes desconocen sobre el tratamiento y cuidados adecuados que debe recibir en casa.

Solo mediante un abordaje integral que considere estas estrategias, será posible superar las barreras existentes y brindar una información efectiva a los pacientes post-quimioterapia, contribuyendo así a su recuperación y bienestar.

CAPÍTULO III. PROPUESTA

3.1. Análisis situacional

Los hallazgos sobre las principales complicaciones observadas en pacientes adultos post-quimioterapia, la presente propuesta tiene como objetivo desarrollar una guía integral de cuidados al paciente y de enfermería enfocados a que permita brindar una atención de calidad a este grupo de pacientes durante y después de su tratamiento oncológico.

El análisis realizado evidenció que los pacientes post-quimioterapia enfrentan diversos problemas, como inmunodepresión, caída del cabello, decaimiento, problemas gastrointestinales, alteraciones de la piel y cardiovasculares, entre otros. Estas complicaciones pueden generar un impacto significativo en la salud y calidad de vida de los pacientes si no se abordan de manera oportuna y efectiva.

Ante esta realidad, se hace necesario contar con una guía de atención de enfermería basada en la evidencia científica y que considere todas las necesidades físicas, emocionales y psicológicas de los pacientes. De esta manera, se podrá garantizar una atención integral que mitigue las complicaciones, promueva la recuperación y mejore los resultados en salud de esta población vulnerable.

3.2. Necesidades y oportunidades

Necesidades

Los hallazgos evidencian la necesidad de desarrollar una guía de cuidados de enfermería que aborde de manera integral las complicaciones más frecuentes en pacientes post-quimioterapia. Algunos de los aspectos clave a considerar son:

- Evaluación y monitoreo constante del estado de salud del paciente
- Intervenciones de enfermería enfocadas en prevenir, controlar o mitigar las complicaciones.

- Educación y empoderamiento del paciente y su familia en el autocuidado
- Coordinación efectiva del equipo interdisciplinario para brindar atención integral

Oportunidades

La elaboración de esta guía de cuidados de enfermería representa una gran oportunidad para:

- Estandarizar los procesos de atención de enfermería a pacientes post-quimioterapia, basados en las mejores prácticas y la evidencia científica.
- Fortalecer las competencias del personal de enfermería en el manejo integral de las complicaciones comunes, mejorar la calidad y seguridad de la atención.
- Promover una mayor colaboración y comunicación entre el equipo de salud, favoreciendo la continuidad y coherencia en los cuidados brindados.
- Contribuir al empoderamiento y participación de los pacientes y sus familias en el proceso de recuperación.
- Identificar áreas de mejora en los recursos y protocolos de atención de enfermería a pacientes post-quimioterapia.

Esta guía de cuidados de enfermería representa una herramienta valiosa para optimizar la atención de este grupo de pacientes y contribuir a su bienestar integral.

3.3. Elaboración de la guía para cuidados de pacientes adultos post quimioterapia

Una guía es un documento que proporciona orientación y recomendaciones claras sobre cómo realizar una tarea específica o abordar una situación particular. En el contexto de los cuidados de pacientes adultos post quimioterapia, su objetivo es estandarizar y mejorar la atención, asegurando que se sigan las mejores prácticas para promover la recuperación y calidad de vida de los pacientes. Para desarrollar esta guía. Se siguen varios pasos: primero, realizar una revisión exhaustiva de la

literatura y estudios previos sobre los cuidados de pacientes post quimioterapia; segundo, identificar las necesidades y desafíos que enfrentan los profesionales de la salud; tercero, elaborar recomendaciones basadas en la evidencia recopilada; y finalmente, validar la guía con la opinión de expertos en el área y ajustarla según su retroalimentación antes de su implementación.



GUÍA PARA CUIDADOS DE PACIENTES ADULTOS POST QUIMIOTERAPIA



ELABORACIÓN DEL DOCUMENTO

Elaborado por:

Daniela Viviana Vásquez Sevilla

Director Responsable:

Paola Catalina López López Mg.

Revisor:

Paola Catalina López López Mg.

Conflicto de interés: El autor, director responsable declaran no tener conflictos de interés en la elaboración de este protocolo.

ÍNDICE DE LA GUÍA PARA CUIDADOS DE PACIENTES

Introducción	35
Justificación	35
Objetivos	36
Objetivo general	36
Objetivos específicos	37
Principios	37
Ámbito de aplicación	38
Población diana	38
¿Qué es la quimioterapia?	40
¿Cuál es el objetivo de la quimioterapia?	40
Efectos secundarios	43
Cuidados en la alimentación.	51

INTRODUCCIÓN

La quimioterapia es un pilar en la lucha contra el cáncer, un tratamiento clave en oncología para diversos tipos de tumores. No obstante, este proceso puede acarrear efectos secundarios que impactan notablemente el bienestar de quienes lo reciben. Por ello, es vital crear y aplicar guías de atención que consideren todas las necesidades de los pacientes adultos después de la quimio.

Este trabajo busca establecer una serie de consejos para mejorar el cuidado y la calidad de vida de estas personas. Exploraremos aspectos cruciales como el manejo de los malestares, la prevención de problemas de salud adicionales, el apoyo emocional y la información para el paciente, todos ellos pilares para una recuperación adecuada.

Mediante un análisis profundo de la información científica y la incorporación de métodos probados, esta investigación pretende ofrecer una guía a los profesionales de la salud para que puedan brindar una atención individualizada y centrada en la persona. La puesta en práctica de estas indicaciones no solo busca reducir los daños de la terapia, sino también hacer más satisfactoria y completa la experiencia de cuidado para los pacientes adultos que atraviesan este difícil momento.

Así, este estudio destaca no solo la importancia de un enfoque de equipo en la atención post-quimio, sino también el papel fundamental de los cuidadores y el entorno familiar en la recuperación. Todo esto enfatiza la necesidad de una colaboración eficaz entre todos los profesionales involucrados en el cuidado de la salud.

JUSTIFICACIÓN

El aumento global de casos de cáncer ha llevado a más personas a necesitar tratamientos oncológicos, siendo la quimioterapia uno de los más comunes. Aunque es efectiva para reducir tumores, la quimioterapia puede causar efectos secundarios intensos que afectan la vida de los pacientes adultos, desde dolores y

cansancio hasta malestares emocionales como la ansiedad y la tristeza. Esta situación hace urgente la creación de una guía de cuidados específica, que no solo se centre en los efectos inmediatos, sino que también promueva la recuperación completa de la persona.

Esta guía busca cubrir una necesidad en la atención posterior a la quimioterapia, ofreciendo consejos basados en estudios y experiencias, facilitando así el trabajo de los profesionales de la salud. Además, al ser clara y fácil de usar, busca dar más control a los pacientes y sus familias, animándolos a participar en su propio cuidado y recuperación.

La aplicación de estas recomendaciones no solo ayudará a mejorar la salud y el bienestar de los pacientes, sino que también fomentará una atención oncológica en equipo. La colaboración entre médicos, enfermeras, psicólogos y otros expertos es clave para tratar todos los aspectos del cuidado, asegurando una atención completa y centrada en la persona.

Este trabajo se basa en la necesidad de tener una herramienta útil para cuidadores y profesionales, que mejore la calidad de vida y la recuperación de los pacientes adultos que han pasado por quimioterapia. Facilita la aplicación de cuidados integrales y adaptados a cada persona, en un entorno de atención cada vez más complejo y especializado.

OBJETIVOS

Objetivo general

Desarrollar una guía integral de cuidados que aborde de manera sistemática las necesidades físicas, emocionales y sociales de los pacientes adultos que se encuentran en la fase post quimioterapia.

Objetivos específicos

- Identificar las principales necesidades físicas, emocionales y sociales de los pacientes adultos en la fase post quimioterapia a través de una revisión de literatura y la recopilación de datos de las experiencias de pacientes y profesionales de la salud.
- Elaborar una guía educativa que aborde las necesidades identificadas, incluyendo recomendaciones para el manejo de síntomas, apoyo emocional y recursos comunitarios.
- Propagar la guía desarrollada entre los profesionales de la salud para facilitar la implementación de las recomendaciones y optimizar la atención brindada a los pacientes adultos en la fase post quimioterapia, promoviendo su calidad de vida y bienestar.

Principios

Para lograr los objetivos, esta guía se basa en los siguientes pilares:

- **Integralidad:** Buscamos una atención que cubra todas las facetas de la persona, desde lo físico hasta lo emocional, social y espiritual, teniendo en cuenta su historia y asegurando un cuidado integral.
- **Equidad:** Nos esforzamos porque todos los pacientes después de la quimio tengan acceso a los mismos recursos y atención, sin importar su situación económica o cultural.
- **Participación:** Animamos a los pacientes y a sus familias a ser parte de las decisiones sobre su cuidado, empoderándolos en su camino hacia la recuperación.
- **Educación:** La educación es clave para que los pacientes entiendan su tratamiento y se adapten a él. Fomentamos el aprendizaje constante sobre cómo cuidarse y los recursos disponibles.
- **Enfoque interdisciplinario:** Para cada paciente, un equipo de profesionales de la salud colaborará para crear un plan de cuidado a su medida, garantizando una atención coordinada y completa.

Ámbito de aplicación

Esta guía está pensada para todos los profesionales de la salud que acompañan a pacientes adultos después de la quimioterapia, incluyendo: médicos especialistas, médicos residentes, enfermeras y enfermeros, psicólogos y el personal de enfermería.

Población Diana

Esta guía se centra en el personal de salud que atiende a pacientes adultos post quimioterapia y se encuentran en recuperación, así como aquellos que siguen experimentando efectos secundarios. Estas personas tienen necesidades específicas que requieren una atención integral y coordinada por parte del equipo de profesionales. Esto incluye el manejo de síntomas, el apoyo emocional y el acceso a información útil, todos esenciales para la recuperación y el bienestar de los pacientes. La guía ofrece a los profesionales las herramientas necesarias para abordar estas necesidades de forma eficaz.

GUÍA DE CUIDADOS PARA PACEINTES ADULTOS POST QUIMIOTERAPIA



Su salud es importante para el personal de enfermería

Como les habrá explicado su médico y el personal de enfermería, la enfermedad que enfrentan requiere un tratamiento que puede causar algunos efectos secundarios. Esta guía tiene como propósito orientar a usted y a su familia sobre situaciones que puedan surgir. Les aseguramos que, durante todo el tratamiento, el personal de enfermería está aquí para resolver sus preguntas e inquietudes.

Queremos que se sientan seguros y tranquilos. Por eso el equipo de profesionales está aquí para guiarlos en cada paso. Antes de cualquier procedimiento, haremos una valoración completa para personalizar su atención y asegurarles que están en las mejores manos. Es fundamental que sepan que seguimos protocolos estrictos de seguridad para proteger su salud, incluyendo medidas para prevenir infecciones y una vigilancia constante. Después del procedimiento, estaremos a su lado para ayudarles con cualquier efecto secundario y brindarles el apoyo necesario a través de recursos y grupos de ayuda. Recuerden que no están solos en este camino; estamos aquí para ofrecerles la atención y el cuidado que merecen. Si tienen alguna pregunta o preocupación, por favor no duden en contactarnos.

Que es la quimioterapia

La quimioterapia es un tratamiento médico fundamental en la lucha contra el cáncer. Utiliza medicamentos para eliminar o detener el crecimiento de las células cancerosas. Estos fármacos, aunque muy efectivos, también pueden afectar a algunas células sanas del cuerpo. La quimio se administra de diversas formas, ya sea por vía intravenosa o por medio de pastillas, y a menudo se combina con otras terapias como la cirugía y la radioterapia.

Después de la quimioterapia, cada persona tiene necesidades particulares, experimentando efectos a corto y largo plazo que influyen en su bienestar físico, emocional y social. Por eso, es vital tener una guía completa de cuidados para adultos tras la quimio, que aborde estas necesidades, eleve su calidad de vida y ofrezca apoyo emocional y herramientas para facilitar su adaptación.

¿Cuál es el objetivo de la quimioterapia?

Según el tipo de cáncer y su avance, la quimioterapia puede utilizarse con varios propósitos:

- Eliminar el cáncer: Buscar la curación completa.
- Prevenir la diseminación: Evitar que el cáncer se extienda a otras áreas del cuerpo.
- Controlar el crecimiento: Retardar la evolución del cáncer.
- Eliminar células cancerosas: Destruir células que puedan haberse movido a otras partes desde el tumor original.
- Aliviar síntomas: Reducir el malestar causado por el cáncer.
- Complementar la cirugía: Ayudar en la recuperación después de una operación.
- Preparar para la cirugía: Hacer operable un tumor que inicialmente no lo era.

Duración y frecuencia del tratamiento

El tiempo y la frecuencia del tratamiento dependen de varios factores, como el tipo de tumor, el plan de tratamiento establecido, cómo evoluciona la enfermedad y la respuesta que se logra.

¿Dónde del paciente puede recibir su tratamiento de quimioterapia?

Los medicamentos de la quimioterapia pueden administrarse en diferentes lugares:

En casa: Algunos tratamientos se pueden realizar cómodamente en el hogar.

En la sala de quimioterapia: Muchos pacientes reciben la quimio en un centro especializado.

En el hospital: En algunos casos, la quimioterapia se realiza durante una hospitalización.

¿Causa dolor la quimioterapia?

Normalmente, los medicamentos de la quimio terapia no tienen causar dolor. Si sientes alguna molestia, como ardor, frío o cualquier sensación extraña, es importante que lo comunique de inmediato a su médico o enfermera.

¿El paciente puede tomar otros medicamentos cuando está en tratamiento de quimioterapia?

Algunos medicamentos pueden interferir con la efectividad de la quimioterapia. Para que el tratamiento funcione lo mejor posible, debes informar a tu médico o enfermera sobre todas las medicinas que estés tomando, ya sean con o sin receta.

Sugerimos al paciente hacer una lista con todos los medicamentos, incluyendo la frecuencia, la dosis y por qué los tomas. No debe olvidar incluir aquellos productos que no considera como medicinas, aspirinas, suplementos nutricionales o herbales y vitaminas.

Su médico le indicará si debe suspender alguno de estos medicamentos antes de comenzar la quimioterapia. Una vez iniciado el tratamiento, debe consultar siempre con su médico antes de tomar nuevas medicinas o dejar de tomar las que ya está usando.

¿Cómo saber si su quimioterapia está funcionando?

El equipo médico evaluará la efectividad del tratamiento mediante exámenes físicos frecuentes, análisis de sangre y pruebas de imagen. No debe dudar en preguntar a su médico sobre los resultados de estas pruebas. Aunque pueda experimentar efectos secundarios, estos no siempre indican si el tratamiento está funcionando.

¿Cómo el paciente puede otorgar su permiso para este tratamiento?

Antes de que el paciente comience su tratamiento, su médico le pedirá una autorización por escrito, a través de un Consentimiento Informado. Este documento se firma después de que haya comprendido los medicamentos, cómo se administrarán, el objetivo, la duración, los posibles efectos secundarios y el plan a seguir. También es importante que todas sus dudas hayan sido resueltas.

El Consentimiento Informado es una confirmación de que su médico le ha explicado su situación, cómo le beneficiará la quimioterapia, los riesgos y otras opciones disponibles. Al firmar, confirma que ha recibido esta información y que está de acuerdo con iniciar el tratamiento. A este proceso se le llama dar su Consentimiento Informado.

Efectos secundarios

La quimioterapia, al actuar sobre las células cancerosas, también puede afectar a otras células del cuerpo, lo que provoca efectos secundarios. Las células más susceptibles a estos efectos son las que producen la sangre en la médula ósea, las del sistema digestivo, las del sistema reproductor y las de los folículos del cabello. Esto puede llevar a la caída del cabello, náuseas, vómitos, estreñimiento o diarrea.

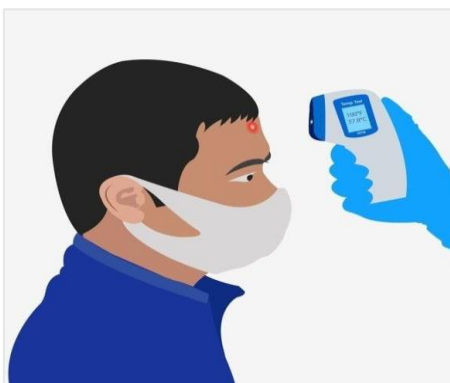
¿Cuáles son los efectos secundarios más comunes?

Es normal preocuparse por los posibles efectos secundarios del tratamiento y cómo se manifestarán. Los más comunes incluyen:

- Malestar estomacal: Náuseas y vómitos.
- Pérdida de cabello: Caída del pelo.
- Agotamiento: Sensación de cansancio.
- Problemas intestinales: Diarrea.
- Disminución de glóbulos rojos (anemia): Esto puede causar cansancio, fatiga y mareos.
- Disminución de neutrófilos (neutropenia): Mayor riesgo de infecciones.
- Disminución de plaquetas (trombocitopenia): Mayor posibilidad de hemorragias y hematomas.

Durante la quimioterapia, algunas células de la médula ósea se ven afectadas, lo que reduce la producción de células sanguíneas. Por eso, es crucial tener un hemograma reciente antes de cada sesión de quimioterapia. Así, el médico y la enfermera pueden hacer los ajustes necesarios según los resultados.

Fiebre: Es posible que aparezca fiebre después del tratamiento. Puede ser normal o indicar una infección.



Qué hacer: Controla tu temperatura. Si supera los 38°C o aparece con otros síntomas, busca atención médica de inmediato.

Mucositis: Inflamación de las membranas mucosas que causa llagas, especialmente en la boca.



Visite a su odontólogo antes de empezar la quimioterapia, para hacerse una limpieza y arreglar cualquier caries, absceso, encías enfermas o dentaduras mal ajustadas que pudiera tener.

Cepille suavemente sus dientes y encías después de cada comida, usando un cepillo de dientes extra suave; si cepilla sus dientes con fuerza, se puede dañar el tejido blando de la boca.

Evite el uso de enjuagues bucales de tipo comercial porque generalmente contiene una gran cantidad de sal y alcohol que causa irritación. En lugar de estos utilice

enjuagues sin alcohol o prepare agua con bicarbonato de sodio. Mezclar 1 cucharada de bicarbonato diluido en una taza de agua fría y mantenga la solución en su boca por 15 segundos, luego elimínela.

Si presenta llagas en la boca (estomatitis), comuníquese con su médico o enfermera, podría necesitar tratamiento médico.

- Coma alimentos fríos o a temperatura ambiente. Los alimentos calientes o tibios pueden irritar la boca y la garganta que están sensibles.
- Tome muchos líquidos.
- Chupe trocitos de hielo, paletas heladas o caramelos duros sin azúcar.
- Mastique chicle sin azúcar. Humedezca los alimentos secos con mantequilla, margarina, salsa o caldo.
- Moje los alimentos secos y crujientes en líquidos ligeros.
- Coma alimentos suaves o en forma de pure.
- Licue sus alimentos, no coma alimentos ni jugos ácidos.
- Consuma alimentos suaves y fríos como flanes, helados y frutas congeladas.
- Utilice crema de cacao para los labios si estos se tornan secos.
- Los primeros días se recomienda alimentos cocidos únicamente.

Náuseas y vómitos: son los efectos secundarios más comunes de la quimioterapia. La frecuencia y la intensidad de los síntomas con las que los sienta dependen de los medicamentos que este recibiendo y de cómo le estén afectando.



No todos los medicamentos lo producen, sin embargo, su médico le prescribirá medicación para contrarrestar esos efectos, pero en su casa, puede ayudar la ingesta de líquidos fríos o hielo antes de las comidas, también comer de manera fraccionada y evitar los fritos.

- Evite comidas abundantes para que su estómago no se llene demasiado.
- Ingiera varias comidas ligeras durante el día, en lugar de una, o dos o tres fuertes.
- Tome líquidos por lo menos una hora antes o después de las comidas.
- Coma y tome líquidos despacio.
- Evite alimentos dulces, fritos o grasosos.
- Coma alimentos fríos o a temperatura ambiente con el objetivo de evitar que los olores fuertes le molesten.
- Si las náuseas son un problema por la mañana, trate de comer alimentos secos, como cereales, pan tostado o galletas, antes de levantarse (no haga esto si siente la boca o garganta irritada o siente la boca seca)
- Trate de evitar olores que le molesten, tales como olores de comida, humo o perfumes.
- Descanse en una silla después de comer, pero no se acueste por completo hasta que haya pasado por lo menos dos horas.
- Respire profundamente y descanse cuando sienta náuseas.
- Distráigase hablando con amigos o familiares, escuchando música o viendo una película o programa de televisión.
- Tome los medicamentos para el vómito según la indicación médica.

Diarrea: Puede alterar la absorción de nutrientes.

Qué hacer: Seguir una dieta astringente (arroz, manzana asada), tomar líquidos lentamente y evitar lácteos y cafeína. Consultar con el equipo médico si persiste.

Estreñimiento: Frecuencia de evacuaciones disminuida y heces duras.

Qué hacer: Aumentar la ingesta de líquidos y fibra (si es tolerado), y considerar suavizantes de heces si necesario. Informar al médico si no mejora.

Pérdida de apetito (anorexia): Falta de interés en comer.

Qué hacer: Ofrecer comidas pequeñas y frecuentes y consultar con un nutricionista sobre suplementos si es necesario.

Boca seca (xerostomía): Insuficiente producción de saliva.

Qué hacer: Mantenerse hidratado y usar sustitutos de la saliva. Evitar alimentos salados y picantes.

Alteraciones del gusto (disgeusia): Cambios en la percepción del sabor.

Qué hacer: Experimentar con diferentes sabores y texturas. Mantener una nutrición adecuada.

Alteraciones en la médula ósea:

Neutropenia: Reducidos glóbulos blancos, riesgo de infecciones.

Qué hacer: Evitar multitudes y mantener buena higiene.

Anemia: Reducción de glóbulos rojos, causando fatiga.

Qué hacer: Descansar y consultar sobre alimentos ricos en hierro o suplementos.

Plaquetopenia: Disminución de plaquetas, aumento de hematomas.

Qué hacer: Evitar actividades que puedan causar cortes y contusiones.

Alopecia (pérdida de cabello): la caída de cabello (alopecia) puede impresionarle. No todos los medicamentos de quimioterapia causan la caída de cabello. Algunas personas únicamente experimentan una pérdida ligera en el volumen del cabello. En caso de que pierda mucho cabello, casi siempre vuelve a crecer después de terminar los tratamientos; sin embargo, puede ser de color y textura diferente.

Las cejas, pestañas, los vellos de la cara, de los brazos y de las piernas, igual que de las axilas y de la región púbica, también puede caer después de varios ciclos de tratamiento, la caída del cabello puede ser gradual o en mechones. El pelo que haya quedado puede tornarse opaco y seco.



Cuidados que ayuda con la pérdida de cabello.

- Use un champú suave.
- Use cepillos suaves para el cabello.
- Si tiene que usar secadora de pelo, use la temperatura mínima.
- No utilice rizadores de pelo (rulos o tubos) para arreglar su cabello.
- No tiña su cabello ni haga permanentes.
- Use el cabello corto, así lucirá más grueso y pesado.
- Use bloqueador solar, sombrero, pañoleta o una peluca para protegerse el cuero cabelludo de los rayos solares.
- Rasurarse con maquina eléctrica.
- El cabello se cae generalmente pasadas tres semanas del inicio de la quimioterapia.

- El cabello crece nuevamente después de terminado el tratamiento y puede cambiar de color, textura y forma.

Qué hacer: Considerar el uso de pañuelos o pelucas para mayor comodidad. Seguir el crecimiento del cabello una vez finalizado el tratamiento.

Alteraciones en la piel y las uñas: Picazón, enrojecimiento y sequedad.



Qué hacer: Usar cremas hidratantes y proteger la piel del sol. Monitorizar cambios en las uñas.

Es fundamental comunicar cualquier efecto secundario al equipo médico para un manejo apropiado. Mantener un diálogo abierto sobre los síntomas puede ayudar significativamente a mejorar la calidad de vida durante y después de la quimioterapia.

¿Cuánto tiempo duran los efectos secundarios?

La mayoría de estos efectos desaparecen gradualmente después de que termina el tratamiento, debido a que las células sanas se recuperan rápidamente. El tiempo de recuperación de algunos efectos secundarios y de recobrar energías varían de una persona a otra y depende de muchos factores, incluyendo su estado de salud, estilo de vida y el tipo de los medicamentos que este recibiendo.

¿Estaré en condiciones de trabajar durante el tratamiento?

Su capacidad para continuar trabajando, estudiar o hacer actividades depende de su tratamiento y de cómo este le afecte. Algunos tratamientos requieren una estadía en el hospital por una o más semanas, pero la mayoría de las personas están en condiciones de trabajar, tomando medicamentos de cuidados personales estrictos.

Cuidados generales para tener en cuenta durante el tratamiento de quimioterapia.

- Lavado de manos es el procedimiento de menor costo para prevenir infecciones.
- Evite el uso de tampones durante su periodo menstrual. Evite el contacto con personas enfermas.
- Evite el estreñimiento con dieta rica en fibra o laxantes naturales. Evite el uso de enemas o supositorios.
- Evite asistir a sitios concurridos por personas (iglesias, estadios, centros comerciales, salas de cine, parques) (en caso de hacerlo usar tapabocas)
- No use plantas ni flores secas en la habitación donde duerme. Evite el contacto y manipulación de mascotas.
- Los equipos electrónicos y teléfonos celulares estarán limpios y tienen que ser de uso exclusivo del paciente.
- Salir acompañado.
- Evite piscinas, aguas termales y lagos para bañarse.
- Use bloqueador solar, cremas lubricantes, sombrillas si es necesario. Intentar no barrer ni limpiar el polvo de la casa (en caso de hacerlo usar tapabocas)
- Restringir visitas.
- Evitar realizar actividades que impliquen riesgo para el paciente.
- Vacunas: no debe colocarse ningún tipo de vacunas sin autorización previa.

Efectos emocionales y sexualidad

El cáncer no es una enfermedad contagiosa o transmisible, usted y su pareja pueden tener ahora sentimientos de incertidumbre acerca de sus relaciones sexuales.

Durante el tratamiento usted quizás sufre de poco o nulo interés o deseo en el sexo, debido a que muchos medicamentos ocasionan disminución de la energía física y se experimenta fatiga, dolor o náuseas; pero cuando usted termine su tratamiento puede tener deseo de reasumir su actividad sexual.

Las alteraciones en la imagen corporal pueden influir en sus sentimientos y apetito sexual; aunque usted no acostumbre a hablar de sus sentimientos sexuales, debe tratar de dialogar con su pareja acerca de sus temores, es necesario explorarlos juntos para enfrentarlos, si usted admite estar inseguro por los cambios ocasionados por su enfermedad y tratamiento, estará dispuesto a enfrentar la situación con el apoyo y cariño que necesita.

Para resolver sus dudas e inquietudes sobre este aspecto, recuerde que puede acudir con el especialista. (Psicólogo).

Cuidados en la alimentación.

Mantener una alimentación adecuada antes, durante y después del tratamiento es importante. El objetivo general es conservar calorías y proteínas necesarias para preservar el peso y fortalecer el sistema inmunológico (fortalecer las defensas)

Cada paciente necesita un tipo de alimentación según las disposiciones del médico y del nutricionista que le asesorara sobre la dieta que usted precisa.

Productos cárnicos



Consuma:

- Carnes bajas en grasa, bien cocidas, asadas y fritas.
- Todas las carnes: aves, pescados, res y productos de mares (calientes, bien cocidos y asados)

Evite:

- Viseras de res, pollo y cerdo.
- Carnes muy condimentadas.
- Evite comer mariscos como camarones, ostras, langostinos, ceviches y sushi de cerdo.
- Carnes a media cocción (tres cuartos).
- Licuados en casa con hígado crudo.

Lácteos:



Consuma:

- Leche pasteurizada y refrigerada.
- Queso pasteurizado.
- Postres preparados en casa.
- Consumir lácteos dentro de las 12h siguientes de ser abiertos de su paquete.
- Licuados y batidos con leche.
- Yogurt.
- Helados empacados individualmente.
- Consuma mantequilla o de canola preferiblemente.
- Huevo bien cocido, garantizar que la yema quede compacta en cualquier preparación.

Frutas, vegetales y hortalizas**Consuma:**

- Lave todas las frutas y verduras perfectamente con agua corriente, incluso si planea quitarles la cascara.
- Prefiera los jugos preparados en casa, de lo contrario utilice solo jugos pasteurizados y procesados.
- Consuma vegetales preparados al vapor durante 10 minutos y no crudos (brócoli, coliflor y col).

- Las fresas, moras y uvas debe pasarlas por agua hervida y caliente durante 3 minutos antes de consumirlas.
- Prepare las ensaladas en el momento que las vaya a consumir, puede utilizar aderezos.
- Aumente la cantidad de fibra (frutas, vegetales, y cereales integrales).

Evite:

- Barras de ensalada o ventas callejeras.
- Vegetales crudos.
- Frutas proporcionadas en puestos callejeros o restaurantes.

Misceláneos



Consuma:

- Consuma cereales fríos y/o calientes.
- Consuma productos como salvado y avena si hay estreñimiento.
- Panes de granos integrales.
-

Si comer alimentos sólidos es un problema, beba suplementos líquidos (bebidas especiales que contengan nutrientes) sopas. Leche, jugos, licuados y batidos.

Consuma coladas, avena y cremas preparadas en casa.

Utilice preferiblemente aceites de oliva, soya, maíz o girasol (no los reutilice).

Evite:

- Ensaladas comerciales precocidas como arroz y pasta.
- Encurtidos que vengan en recipientes grandes.
- Agua del grifo sin hervir.
-

Durante la quimioterapia, no consuma legumbres (frijoles, garbanzos, y lentejas) y tampoco recalentados. Posterior a 8 días de cada quimioterapia., consulte a su médicos o nutricionista, si puede consumir este tipo de legumbres.

Recomendaciones generales

- Evite los alimentos picantes, grasas o con olores fuertes.
- Consuma porciones más pequeñas, pero con más frecuentes.
- Verifique fechas de vencimiento.
- Consuma alimentos preparados del día.
- Planifique los menús con anticipación para que haya variedad.
- Coma los alimentos dentro de las 2 horas desde la cocción y consúmalos dentro de las 24 horas siguientes.
- Compre alimentos envasados en porciones individuales.
- Beba líquidos incluso si no tiene sed, los mismos evitan el estreñimiento, previenen infecciones urinarias y contribuyen a eliminar toxinas.
- Consuma gelatinas, postres y pasteles preparados en casa.
- Coma despacio y en un ambiente tranquilo, si es posible acompañado.
- También puede incluir suplementos alimenticios que contengan proteínas, siempre y cuando sean avalados por el médico tratante.
- Evite las bebidas que contengan cafeína, como los refrescos con soda (gaseosa)
- Evite beber líquidos antes o con las comidas para prevenir que se sienta satisfechos.
- Si es posible, tenga tablas de picar diferentes para las carnes crudas, alimentos cocidos, las frutas y verduras, o realice lavado con cada alimento.

- Una caminata antes de comer contribuye a abrirnos el apetito.
- Mastique bien los alimentos.
- Disminuya el contenido de azúcar en los alimentos.
- No se acueste inmediatamente después de ingerir alimentos.
- Evite contacto con levadura cruda.
- Consuma agua tratada o hervida durante diez minutos.
- Lave sus manos y las superficies donde prepara sus alimentos antes y después de hacerlo.
- No se esfuerce por ingerir alimentos cuando tenga náuseas o vómito. Sin embargo, comer bien es importante para su recuperación, y poco a poco se sentirá mejor.

¿Cuándo consultar al servicio de emergencia?

Si usted se da cuenta de cualquier cambio físico e irregularidad. No subestime sus síntomas físicos.

Aunque algunos efectos secundarios son lo esperado, pasajeros y menores, hay otros que señalan problemas potenciales graves.

- Dolor de cabeza intenso.
- Visión borrosa-fosfenos.
- Pérdida de la conciencia.
- Pérdida de la memoria.
- Cambios de comportamiento.
- Irritabilidad o somnolencia.
- Estreñimiento.
- No producción de orina.
- Sangrado por boca, nariz o en vómito, orina, deposición, puntos rojos o marrones en la piel.
- Dolor que no cede con medicación.
- Ardor o dolor al orinar.

- Sensación de ahogo o asfixia.
- Fiebre mayor o igual de 38° - 38.5°.
- Ampollas, erupciones o úlceras en la piel.
- Edema, eritema, calor y/o rubor en sitio de canalización o catéter.
- Respiración con esfuerzo o silbido.
- Escalofrió intenso.
- Diarrea o vómitos prolongados.
- Fiebre.

Tu Bienestar es lo Primero

Recuerda que tú eres la persona más importante en este proceso. Sigue las recomendaciones médicas, cuídate y realiza tus actividades diarias con ajustes en tus hábitos. Los efectos secundarios pueden ser diferentes en cada persona y, en algunos casos, inexistentes.

Estar en tratamiento de quimioterapia no significa limitar sus actividades diarias, puede realizarlas con algunos cambios en sus hábitos.

Glosario de Términos Médicos y de Tratamiento

Quimioterapia: Tratamiento con medicamentos para destruir células cancerosas.

Medicamentos de quimioterapia: Sustancias que se usan para atacar y destruir las células cancerosas.

Sala de quimioterapia: Área especializada en un centro médico para administrar tratamientos de quimioterapia.

Hospitalización: Ingreso a un hospital para recibir tratamiento y cuidados.

Consentimiento Informado: Documento que certifica que el paciente ha recibido información sobre el tratamiento y ha dado su autorización.

Efectos secundarios: Consecuencias no deseadas que pueden surgir del tratamiento, como náuseas, fatiga, etc.

Sistema inmunológico: El sistema de defensa del cuerpo contra enfermedades.

Evaluación del tratamiento: Proceso para determinar si el tratamiento está funcionando correctamente.

Exámenes físicos: Revisión médica para evaluar la salud del paciente.

Análisis de sangre: Pruebas de laboratorio que evalúan componentes de la sangre.

Pruebas de imagen: Técnicas que utilizan imágenes para ver el interior del cuerpo, como radiografías, tomografías, resonancias, etc.

Efectividad del tratamiento: Medida en que el tratamiento logra el objetivo de controlar o curar la enfermedad.

Médico tratante: Profesional médico a cargo del tratamiento del paciente.

Enfermera: Profesional de la salud que asiste al médico y cuida de los pacientes.

Nutricionista: Profesional de la salud especializado en la alimentación y nutrición.

Pasteurizado: Proceso de calentamiento de alimentos para eliminar bacterias dañinas.

Viseras: Órganos internos de animales usados como alimento, como hígado, riñones, etc.

Mariscos: Animales marinos como camarones, ostras, langostinos.

Ceviches y sushi: Platos que contienen pescado o marisco crudo.

Legumbres: Semillas contenidas en vainas, como frijoles, lentejas y garbanzos.

Cereales integrales: Granos que conservan todas sus partes comestibles, como el salvado, el germen y el endospermo.

Suplementos nutricionales: Productos que proporcionan nutrientes adicionales a la dieta, como vitaminas y minerales.

Edema: Hinchazón causada por acumulación de líquidos en los tejidos.

Eritema: Enrojecimiento de la piel debido a inflamación.

Rubor: Enrojecimiento de la piel.

Sibilancias: Sonido silbante al respirar, usualmente por obstrucción de las vías respiratorias.

Catéter: Tubo delgado y flexible que se inserta en el cuerpo para administrar fluidos o medicamentos.

Escalofrío: Tiritona intensa causada por fiebre o sensación de frío.

Fosfenos: Percepción de luces o puntos brillantes, a veces por cambios en la visión.

Términos Relacionados con la Alimentación

Carnes magras: Carnes con poca grasa, como pollo sin piel o cortes magros de res.

Vegetales al vapor: Vegetales cocidos al vapor para mantener sus nutrientes.

Encurtidos: Alimentos conservados en vinagre o salmuera.

Aceites saludables: Aceites con grasas beneficiosas, como aceite de oliva, soya, maíz o girasol.

Fibra: Componente de los alimentos vegetales que ayuda a la digestión.

Suplementos líquidos: Bebidas nutritivas para complementar la alimentación.

Síntomas y Condiciones

- **Estreñimiento:** Dificultad para evacuar.
- **Diarrea:** Deposiciones frecuentes y acuosas.
- **Fiebre:** Temperatura corporal elevada.
- **Náuseas:** Malestar en el estómago con sensación de vomitar.
- **Vómitos:** Expulsión forzada del contenido del estómago.
- **Irritabilidad:** Facilidad para enojarse o sentirse molesto.
- **Somnolencia:** Sensación de sueño excesivo.
- **Respiración con esfuerzo:** Dificultad para respirar.

CONCLUSIONES

- El proyecto ha sido un viaje profundo al corazón del cuidado post-quimioterapia, donde se ha descubierto la importancia de un enfoque holístico que abarque las dimensiones física, emocional y social del ser humano. Los objetivos que nos propusimos al inicio nos han guiado en cada paso. Las conclusiones a las que llego confirman la validez y compromiso con el bienestar integral del paciente oncológico.
- En primer lugar, se reafirma que el manejo de pacientes oncológicos post-quimioterapia es un proceso que va mucho más allá del tratamiento médico. Requiere un acompañamiento cercano y personalizado, donde se escuchen las necesidades y preocupaciones de cada paciente. En este sentido, la promoción de hábitos de vida saludables, como el ejercicio regular y una alimentación equilibrada, emerge como un pilar fundamental para mejorar la calidad de vida y facilitar una recuperación efectiva. Las recomendaciones de la Sociedad Americana contra el Cáncer, que incluyen rutinas de ejercicio adaptadas a las capacidades de cada paciente y pautas nutricionales específicas, son herramientas valiosas para fortalecer el cuerpo y minimizar el riesgo de recurrencia del cáncer.
- En segundo lugar, se constata el papel indispensable del equipo de enfermería en este proceso. La enfermera no es solo una cuidadora, sino también una educadora, una consejera y una defensora del paciente. Su labor va desde el manejo del dolor y la atención a los efectos secundarios del tratamiento, hasta la prevención de infecciones y el apoyo emocional. La enfermera se convierte en un faro de esperanza para el paciente, guiándolo en su camino hacia la recuperación y empoderándolo para que tome decisiones informadas sobre su salud. Al promover el autocuidado y la autonomía del paciente, la enfermera contribuye a que este recupere el control sobre su vida y se sienta capaz de afrontar los desafíos que se le presenten.

- Finalmente, la guía educativa se presenta como una herramienta fundamental para brindar a los pacientes y sus familias la información y las estrategias necesarias para manejar de manera efectiva los diversos desafíos que surgen durante la etapa de recuperación post-quimioterapia. Al capacitar a los pacientes en el autocuidado, al ofrecerles el apoyo profesional de enfermería y al proporcionarles acceso a recursos comunitarios, esta guía busca maximizar la recuperación y el bienestar de los sobrevivientes de cáncer. La expectativa de esta guía es que se convierta en un recurso valioso para los profesionales de la salud, facilitando la implementación de las recomendaciones y optimizando la atención brindada a los pacientes adultos en la fase post-quimioterapia.
- El proyecto ha sido un llamado a la acción para promover un cuidado más humano, más integral y centrado en el paciente oncológico. Estamos convencidos de que, al seguir estas recomendaciones, podemos ayudar a los pacientes a llevar una vida plena y saludable tras el tratamiento, brindándoles la esperanza y el apoyo que necesitan para seguir adelante.

RECOMENDACIONES

- Cuando hablamos de cuidar a pacientes adultos que han pasado por la quimioterapia, no se trata solo de seguir una lista de instrucciones, sino de acompañarlos en un viaje de recuperación que requiere empatía, conocimiento y una atención personalizada.
- Uno de los pilares fundamentales de este viaje es la evaluación integral del paciente. Esto significa ir más allá de los síntomas físicos y tomarse el tiempo para conocer sus preocupaciones, sus miedos, sus esperanzas y sus metas. Cada persona es un mundo, y su plan de cuidados debe reflejar esa individualidad.
- Una vez que comprendidas las necesidades únicas del paciente, podemos comenzar a construir un plan que promueva hábitos de vida saludables. Esto no se trata de imponer dietas restrictivas o rutinas de ejercicio extenuantes, sino de invitar al paciente a reconectar con su cuerpo y a encontrar placer en actividades que le nutran física y emocionalmente. La Sociedad Americana contra el Cáncer ofrece recursos valiosos y apoyo para adoptar un estilo de vida más saludable.
- Es crucial manejar adecuadamente los efectos secundarios de la quimioterapia. Estos efectos pueden ser muy diversos y pueden afectar significativamente la calidad de vida del paciente. Por eso, es importante ofrecer información clara y accesible sobre técnicas de autocuidado que le permitan aliviar los síntomas y recuperar el control sobre su cuerpo.
- Pero el cuidado no se limita al aspecto físico. La quimioterapia puede generar ansiedad, depresión y otros problemas emocionales. Es fundamental ofrecer apoyo emocional y psicológico al paciente, ya sea a través de terapia individual, grupos de apoyo o simplemente brindándole un espacio seguro para expresar sus sentimientos.

- Otro aspecto clave es la prevención de infecciones. Los pacientes que han recibido quimioterapia suelen tener un sistema inmunológico debilitado, lo que los hace más vulnerables a las infecciones. Por eso, es importante educarlos sobre la importancia de mantener una buena higiene, evitar el contacto con personas enfermas y seguir las recomendaciones de su equipo médico.
- Para que el plan de cuidados sea realmente efectivo, es fundamental involucrar a la familia, a los cuidadores y al propio paciente en el proceso educativo. Cuanto más informados estén todos, mejor podrán apoyar al paciente en su recuperación.
- El seguimiento regular es esencial para evaluar el progreso del paciente, ajustar el plan de cuidados según sea necesario y celebrar cada logro, por pequeño que sea. Este seguimiento no debe ser solo una revisión médica, sino una oportunidad para fortalecer la relación entre el paciente y su equipo de atención y para fomentar su autonomía y su capacidad de tomar decisiones informadas sobre su salud.
- Por último, pero no menos importante, es fundamental asegurar que la guía de cuidados se mantenga actualizada con los últimos avances en el cuidado oncológico. La ciencia avanza constantemente, y es importante que los pacientes tengan acceso a los tratamientos y las terapias más innovadoras.
- El cuidado de pacientes adultos post quimioterapia es un proceso complejo y multifacético que requiere un enfoque integral y centrado en el paciente. Al seguir estas recomendaciones, podemos ayudar a los pacientes a recuperar su salud, su bienestar y su calidad de vida.

BIBLIOGRAFÍA

American Cancer Society. (22 de 11 de 2019). *Cómo funcionan los medicamentos de quimioterapia*. Obtenido de <https://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/quimioterapia/como-funcionan-los-medicamentos-de-quimioterapia.html>

American Cancer Society. (22 de 11 de 2019). *Efectos secundarios de la quimioterapia*. Obtenido de <https://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/quimioterapia/efectos-secundarios-de-la-quimioterapia.html>

American Cancer Society. (16 de 03 de 2022). *Actividad física y el paciente de cáncer*. Obtenido de <https://www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/bienestar-tras-el-tratamiento/actividad-fisica-y-el-paciente-de-cancer.html>

American Cancer Society. (2024). *Cómo se usan las terapias dirigidas para tratar el cáncer*. Obtenido de <https://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/terapia-dirigida/como-se-usa-la-terapia-dirigida.html>

Asociación Española Contra el Cáncer. (2024). *Efectos secundarios digestivos*. Obtenido de <https://www.contraelcancer.es/es/todo-sobre-cancer/tratamientos/preparacion-tratamiento-contracancer/efectos-secundarios/efectos-secundarios-digestivos>

Blasco, A., & Caballero, C. (16 de 12 de 2019). *Toxicidad de los tratamientos oncológicos*. Obtenido de Sociedad Española de Oncología Médica: <https://seom.org/115.informacion-al-publico-guia-de-tratamientos/efectos-secundarios-d-la-quimioterapia>

Dale, D. (04 de 2023). *Neutropenia*. Obtenido de <https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornos-de-la-sangre/trastornos-de-los-gl%C3%B3bulos-blancos-leucocitos/neutropenia?ruleredirectid=755>

Duque Delgado, L., Rincón Elvira, E., & León Gómez, V. (2021). Apoyo emocional de las familias a los pacientes en Unidades de Cuidados Intensivos: revisión bibliográfica. *Revista de enfermería*, 1-25.

Gerber, G. (05 de 2024). *Evaluación de la anemia*. Obtenido de Manual MSD: <https://www.msmanuals.com/es/professional/hematolog%C3%ADa-y-oncolog%C3%ADa/abordaje-del-paciente-con-anemia/evaluaci%C3%B3n-de-la-anemia?ruleredirectid=755>

Goñi Navarro, A., Bueno Sáinz, Ó., Yáñez Goñi, N., & Mollá Roig, P. (2022). Alopecia inducida por el uso de psicofármacos. *Revista Sanitaria de Investigación*.

Guillén Ponce, C., & Molina Garrido, M. (08 de 02 de 2023). *Qué es, cómo funciona y tipos de quimioterapia*. Obtenido de Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM): <https://seom.org/157-informacion-al-publico-guia-de-%20tratamientos/que-es-como-funciona-y-tipos-de-quimioterapia>

Instituto Nacional de Investigación Dental y Craneofacial. (07 de 2018). *Los trastornos del gusto*. Obtenido de <https://www.nidcr.nih.gov/espanol/temas-de-salud/trastornos-del-gusto>

Instituto Nacional del Cáncer. (29 de 04 de 2015). *Quimioterapia para tratar el cáncer*. Obtenido de INSTITUTO NACIONAL DEL CÁNCER: <https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/tipos/quimioterapia>

Instituto Nacional del Cáncer. (14 de 06 de 2019). *Cambios en la piel y las uñas durante el tratamiento del cáncer*. Obtenido de <https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/efectos-secundarios/cambios-piel-unas>

Instituto Nacional del Cáncer. (12 de 2024). *Consejos de alimentación: antes, durante y después del tratamiento del cáncer*. Obtenido de <https://www.cancer.gov/espanol/cancer/sobrellevar/consejos-de-alimentacion.pdf>

Instituto Nacional del Cáncer. (23 de 10 de 2024). *Diarrea relacionada con el tratamiento del cáncer*. Obtenido de <https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/efectos-secundarios/diarrea>

Instituto Nacional del Cáncer. (06 de 08 de 2024). *Náuseas y vómitos relacionados con el tratamiento del cáncer*. Obtenido de <https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/efectos-secundarios/nauseas-vomitos>

León, M., Santa-cruz, J., Martínez-Rojas, S., & Ibtá-Bernal, L. (2019). Recomendaciones basadas en evidencia para el manejo del dolor oncológico (revisión de la literatura). *Revista mexicana de anestesiología*, 45-55.

Limón, E. (12 de 06 de 2023). *El papel de la enfermería oncológica en la atención a pacientes con cáncer*. Obtenido de Building Talent: <https://www.il3.ub.edu/blog/enfermeria-oncologica-importancia-y-cuidados-il3-ub/>

Mayo Clinic. (26 de 10 de 2022). *Supervivientes de cáncer: Cuida tu cuerpo después del tratamiento*. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/cancer/in-depth/cancer-survivor/art-20044015>

Mayo Clinic. (19 de 04 de 2022). *Trombocitopenia (recuento bajo de plaquetas)*. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/thrombocytopenia/symptoms-causes/syc-20378293>

Mayo Clinic. (20 de 12 de 2024). *Leucemia*. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/leukemia/symptoms-causes/syc-20374373>

Mayo Clinic. (16 de 03 de 2024). *Sequedad de boca*. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/dry-mouth/symptoms-causes/syc-20356048>

Memorial Sloan Kettering Cáncer Center. (23 de 03 de 2023). *Cómo hacer frente a los efectos secundarios de la quimioterapia*. Obtenido de <https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/managing-your-chemotherapy-side-effects>

Menéndez Oña, L. E., Valbuena Salazar, G. A., & Sánchez Velásquez, G. J. (2023). Rol del equipo de enfermería en la prevención de infecciones relacionadas con la atención sanitaria del paciente oncológico. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 1-22.

Muñoz Seco, E., Camarelles Guillen, F., & Campo Giménez, M. (2024). Fomento del autocuidado. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 132-139.

Palma Gutiérrez, E., Savino-Lloreda, P., & Joy, L. (2022). Proceso de atención nutricional en el paciente oncológico. *Revista de investigación*.

Prashant , R., & Morales, R. (2022). *Imágenes de cabeza y cuello después del tratamiento*. Obtenido de Clínicas de neuroimagen de Norteamérica: <https://www.sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/mucositis>

Ramón-Romero, F., & Farías, J. (2014). La fiebre. *Revista de la Facultad de Medicina (México)*, 20-33.

U.S. Centers for Disease Control and Prevention. (2025). *Tratamiento contra el cáncer*. Obtenido de CDC: <https://www.cdc.gov/cancer-survivors/es/patients/treatments.html>

U.S. News & World Report. (2025). *Anorexia nerviosa*. Obtenido de Mayo Clinic: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/anorexia-nerviosa/symptoms-causes/syc-20353591>

Universidad de Barcelona. (12 de 11 de 2018). *Efectos adversos de la Quimioterapia*. Obtenido de Clínic Barcelona: https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/cancer/quimioterapia?gad_source=1&gclid=CjwKCAiAxqC6BhBcEiwAIXp455RdqKHfxyyJkdG5kvDM14pF8aOvdgccb0TASmlrHI_brGJ3FrRjzBoCeN4QAvD_BwE

ANEXOS

Anexo 1. Preguntas

¿Qué problemas o complicaciones ha observado comúnmente en pacientes adultos post-quimioterapia?

¿Qué medidas o cuidados recomienda usted para pacientes adultos en recuperación post-quimioterapia?

¿Qué tipo de seguimiento y monitoreo considera importante para pacientes post-quimioterapia?

¿Considera que los pacientes reciben suficiente información sobre los cuidados necesarios después de la quimioterapia?

¿Qué tan efectivo creen usted son los cuidados actuales para prevenir complicaciones post quimioterapia?

¿Qué barreras ha enfrentado a la hora de brindar información sobre cuidados efectivos a pacientes post quimioterapia?

Anexo 2. Propuesta

¿Qué es una guía?

Una guía es un documento que proporciona orientación y recomendaciones claras sobre cómo realizar una tarea específica o abordar una situación particular. En el contexto de los cuidados de pacientes adultos post quimioterapia, su objetivo es estandarizar y mejorar la atención, asegurando que se sigan las mejores prácticas para promover la recuperación y calidad de vida de los pacientes. Para desarrollar esta guía. Seguir varios pasos: primero, realizar una revisión exhaustiva de la literatura y estudios previos sobre los cuidados de pacientes post quimioterapia; segundo, identificar las necesidades y desafíos que enfrentan los profesionales de la salud; tercero, elaborar recomendaciones basadas en la evidencia recopilada; y finalmente, validar la guía con la opinión de expertos en el área y ajustarla según su retroalimentación antes de su implementación.

Análisis situacional

Tomando en cuenta los hallazgos sobre las principales complicaciones observadas en pacientes adultos post-quimioterapia, la presente propuesta tiene como objetivo desarrollar una guía integral de cuidados al paciente y de enfermería enfocados a que permita brindar una atención de calidad a este grupo de pacientes durante y después de su tratamiento oncológico.

El análisis realizado evidenció que los pacientes post-quimioterapia enfrentan diversos problemas, como inmunodepresión, caída del cabello, decaimiento, problemas gastrointestinales, alteraciones de la piel y cardiovasculares, entre otros. Estas complicaciones pueden generar un impacto significativo en la salud y calidad de vida de los pacientes si no se abordan de manera oportuna y efectiva.

Ante esta realidad, se hace necesario contar con una guía de atención de enfermería basada en la evidencia científica y que considere todas las necesidades físicas, emocionales y psicológicas de los pacientes. De esta manera, se podrá

garantizar una atención integral que mitigue las complicaciones, promueva la recuperación y mejore los resultados en salud de esta población vulnerable.

Necesidades y oportunidades

Necesidades

Los hallazgos evidencian la necesidad de desarrollar una guía de cuidados de enfermería que aborde de manera integral las complicaciones más frecuentes en pacientes post-quimioterapia. Algunos de los aspectos clave a considerar son:

Evaluación y monitoreo constante del estado de salud del paciente.

Intervenciones de enfermería enfocadas en prevenir, controlar o mitigar las complicaciones.

Educación y empoderamiento del paciente y su familia en el autocuidado

Coordinación efectiva del equipo interdisciplinario para brindar atención integral

Oportunidades

La elaboración de esta guía de cuidados de enfermería representa una gran oportunidad para:

Estandarizar los procesos de atención de enfermería a pacientes post-quimioterapia, basados en las mejores prácticas y la evidencia científica.

Fortalecer las competencias del personal de enfermería en el manejo integral de las complicaciones comunes, mejorando así la calidad y seguridad de la atención.

Promover una mayor colaboración y comunicación entre el equipo de salud, favoreciendo la continuidad y coherencia en los cuidados brindados.

Contribuir al empoderamiento y participación de los pacientes y sus familias en el proceso de recuperación.

Identificar áreas de mejora en los recursos y protocolos de atención de enfermería a pacientes post-quimioterapia.

Esta guía de cuidados de enfermería representa una herramienta valiosa para optimizar la atención de este grupo de pacientes y contribuir a su bienestar integral.