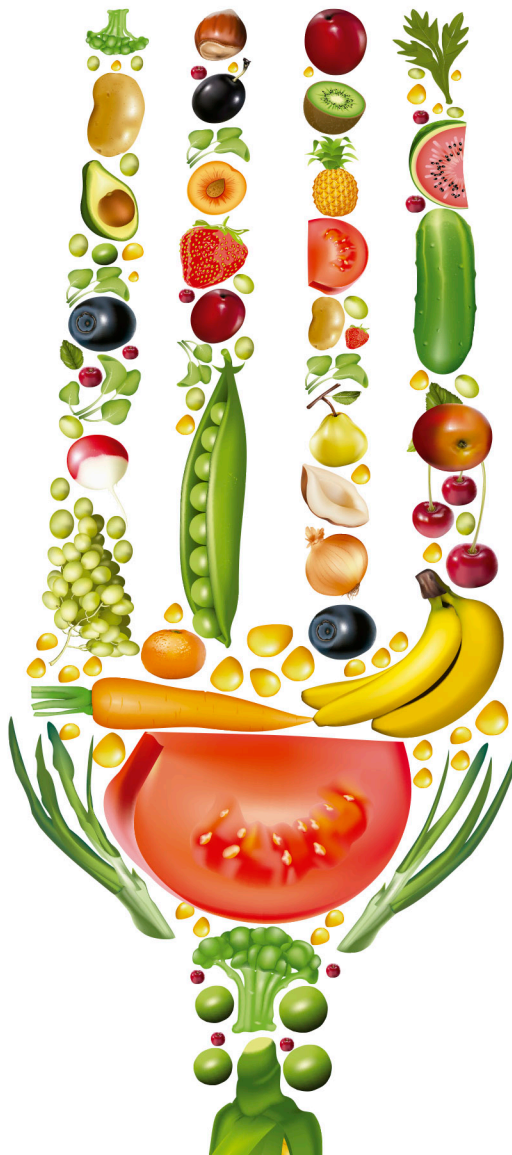


NUTRICIÓN ONCOLÓGICA

Guía de alimentación para vivir mejor

CÉSAR RODRÍGUEZ FÉLIX
SABY MAURICIO ALZA



ECOE
EDICIONES



UPC
Universidad Peruana
de Ciencias Aplicadas

Contenido

INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO 1: Conocimientos básicos sobre nutrición para pacientes con cáncer	13
CAPÍTULO 2: Nutrición enteral	17
CAPÍTULO 3: Nutrición parenteral	25
CAPÍTULO 4: Alimentación y dieta	29
CAPÍTULO 5: Alimentación para pacientes con cáncer	35
CAPÍTULO 6: Alimentación para pacientes con diabetes	45
CAPÍTULO 7: Alimentación para pacientes con disfunción hepática	57
CAPÍTULO 8: Alimentación para pacientes con disfunción respiratoria	69
CAPÍTULO 9: Alimentación para pacientes con radioterapia de cabeza y cuello	79
CAPÍTULO 10: Alimentación para pacientes con quimioterapia	89
CAPÍTULO 11: Alimentación para pacientes gastrectomizados	99
CAPÍTULO 12: Alimentación para pacientes con diarrea	111
CAPÍTULO 13: Alimentación para pacientes con estreñimiento	121
ANEXO: LISTA DE INTERCAMBIO DE ALIMENTOS	127
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	135

Introducción

Si bien ahora tenemos más conocimientos sobre el cáncer y su tratamiento nutricional, aún prevalece la preocupación por una buena alimentación de los que actualmente afrontan esta enfermedad y de quienes ya lograron vencer esta difícil batalla. En el año 2012, solo en el Perú se reportaron aproximadamente 100 000¹ casos de personas con cáncer, por lo que mantener una dieta sana y rica en nutrientes es fundamental para la recuperación del afectado, quien presenta alteraciones del sentido del gusto y olfato que limitan una apropiada nutrición.

Esta guía nace de un proyecto del curso Nutrición y Oncología de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC), cuya motivación surgió por la falta de información y desorientación de los pacientes y sus familiares sobre cómo proceder con una adecuada dieta sin que esta tenga un régimen alimenticio carente de sabores agradables y disfrutables.

Los autores, el doctor César Rodríguez, médico intensivista, y la nutricionista Saby Mauricio, junto a siete de sus alumnos de la carrera, han logrado plasmar sus conocimientos en una primera publicación didáctica, útil y fácil de comprender para el lector, que está conformada por trece capítulos.

En el primer capítulo, pueden encontrarse conocimientos básicos sobre el rol de la nutrición en pacientes con cáncer. En los capítulos dos y tres, los autores explican otra forma de alimentación del paciente oncológico vía sonda (nutrición enteral), en lugar de ingerir alimentos por la boca, y vía intravenosa (nutrición parenteral), en otros casos.

En el capítulo cuatro, los autores introducen al lector en las dietas. Este es uno de los capítulos más importantes, ya que da a conocer el desarrollo de la Tabla de

intercambio de alimentos, que permitirá al aquejado tener una apetitosa y saludable alimentación con una gran variedad de opciones.

A partir del capítulo cinco, se desarrollan las dietas clasificadas de acuerdo a texturas completas, blandas y líquidas (licuadas) para el paciente oncológico y con patologías asociadas a la diabetes, disfunción hepática, disfunción respiratoria. También se encontrarán fórmulas alimenticias de acuerdo al tipo de tratamiento para el cáncer, como radioterapia, quimioterapia o quirúrgico (gastrectomía), y complicaciones frecuentes, como diarrea y estreñimiento.

Finalmente, debe recordarse que la dieta, el estilo de vida y una mente positiva contribuyen de manera activa a la recuperación de la salud, no solamente en los casos de pacientes con cáncer, sino de afectados por diversas enfermedades. Por ello, con este libro queremos compartir nuestros conocimientos para que los pacientes vuelvan a disfrutar de la vida y de manera saludable. Como dijo Hipócrates, conocido como padre de la medicina y fundador del primer sistema médico: «Que tu alimento sea tu medicina y que tu medicina sea tu alimento».

Capítulo 1

Conocimientos básicos sobre nutrición para pacientes con cáncer

¿Qué se sabe sobre cáncer y desnutrición?

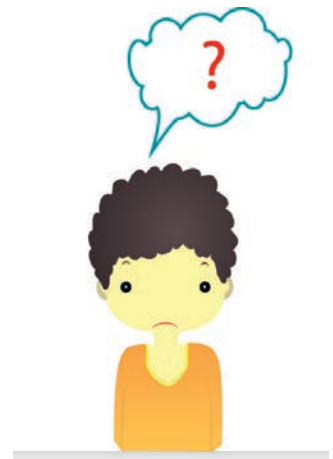
- El cáncer genera un estado de desnutrición.
- Se debe evitar la desnutrición en el paciente.
- Una adecuada nutrición no aumenta el tamaño del tumor detectado en el paciente.
- El buen estado nutricional mejora la calidad de vida.

¿Por qué no es buena la desnutrición?

- Altera la calidad de vida.
- No ayuda a cumplir el tratamiento contra el cáncer.
- Genera mayor riesgo de contraer infecciones.
- Aumenta la mortalidad.

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

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



¿Qué pacientes tienen riesgo de desnutrición?

Tienen riesgo aquellos que presentan:



- Disminución de la ingesta de alimentos a menos de la mitad.
- Impedimento para realizar sus necesidades básicas (asearse, alimentarse, sueño aumentado).
- Problemas intestinales, diarrea, náuseas, vómitos, pérdida de apetito, problemas deglutorios y estreñimiento.

¿Cómo alimentar al paciente oncológico?

Lo ideal es que el paciente pueda ser alimentado por la boca, si no es posible puede alimentarse por el tubo digestivo (nutrición enteral), a través de sondas u ostomías; si tampoco se puede, es posible alimentar a través de la vena (nutrición parenteral).

«Los pacientes que reciben una nutrición con dispositivos artificiales, no deben quedar ni con hambre ni con sed²».

Ayuda y asistencia

Cuando la alimentación es deficiente, se alerta al paciente y al entorno familiar; el problema es cómo mejorar el estado nutricional y muchas veces se desconoce a quién pedir ayuda y la manera de enfrentar este problema.³

¿A quién solicitar ayuda?

Médico tratante

- Brinda la orientación inicial.
- Indica los medicamentos más adecuados.
- Puede solicitar apoyo del nutricionista.

Nutricionista

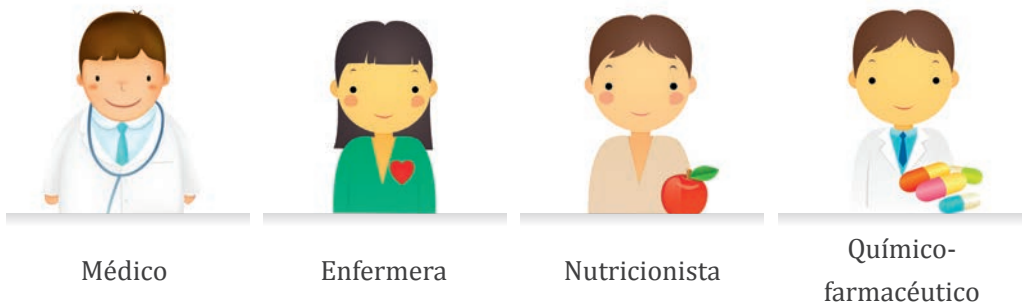
- Indica la alimentación más saludable a seguir.
- Realiza una evaluación de su estado nutricional.
- Está atento a los factores de riesgo nutricional.
- Brinda una consejería adecuada al paciente y familiares.

Si el paciente requiere un tratamiento nutricional especializado, será derivado a la USMN (Unidad de Soporte Metabólico Nutricional).

Unidad de Soporte Metabólico Nutricional (USMN)

Está formado por un equipo de profesionales (médico, nutricionistas, químico-farmacéuticos y enfermeras) que brinda el soporte nutricional y metabólico adecuado.

El soporte nutricional incluye soporte nutricional enteral (alimentación por sondas u ostomías) o parenteral (alimentación intravenosa).



Médico

Enfermera

Nutricionista

Químico-
farmacéutico

La USMN evalúa pacientes que tienen alto riesgo de desnutrición o que son severamente desnutridos en coordinación con el médico tratante, y monitorea pacientes que se alimentan por sondas u ostomías y aquellos que se nutren vía intravenosa.

Existen medicamentos que pueden ayudar a mejorar los síntomas que comprometen la nutrición en pacientes con cáncer y deben ser indicados por profesionales competentes de la salud.

La indicación de estos medicamentos depende de varios factores:

- El tipo de cáncer y estadio (etapa que afronta el paciente oncológico).
- El tratamiento oncológico (quimioterapia–radioterapia–cirugía).
- Síntomas que alteran la alimentación del paciente.
- Estado nutricional que presenta el enfermo al momento de la evaluación.

¡Atención!

El paciente NUNCA debe automedicarse; ya que puede resultar dañino para su salud.

Los medicamentos más usados, son:

Simeticona:	<ul style="list-style-type: none"> • Elimina gases
Metoclopramida:	<ul style="list-style-type: none"> • Disminuye dolor abdominal • Disminuye náuseas y vómitos • Aumenta el apetito
Enzimas digestivas:	<ul style="list-style-type: none"> • Mejoran la digestión de los alimentos
Acetato de megestrol:	<ul style="list-style-type: none"> • Incrementa el apetito
N-acetilcisteína:	<ul style="list-style-type: none"> • Disminuye estado inflamatorio • Mejora la expectoración
Dexametasona:	<ul style="list-style-type: none"> • Puede mejorar el apetito
Analgésicos–antiinflamatorios:	<ul style="list-style-type: none"> • Disminuyen dolor • Disminuyen inflamación

Los nutrientes farmacológicos enterales o sea fórmulas nutricionales de administración al tubo digestivo, pueden ser usados por el profesional capacitado para suplir o complementar la alimentación del paciente, el cual toma en cuenta para indicar el tipo de nutriente:

- El tipo de cáncer y su estadio
- El estado nutricional y su alimentación
- La forma de administrar los alimentos
- Molestias y trastornos digestivos (náuseas, vómitos, diarrea, estreñimiento, sensación de llenura, hipogeusia, etc.)

Capítulo 2

Nutrición enteral

Es la alimentación administrada a través del tubo digestivo. Es más fisiológica y puede realizarse vía oral, sondas u ostomías.

Es necesario que los alimentos brinden un aporte nutricional adecuado y su composición debe considerar frutas y verduras.

Se recomienda el uso de fórmulas nutricionales para la alimentación por sondas y ostomías.

Las fórmulas nutricionales pueden ser indicadas para completar un aporte nutricional o como uso exclusivo, dependiendo del caso de cada paciente.

La indicación del tipo de nutriente a usar depende de la nutricionista o el médico, y no debe ser utilizada libremente, sin supervisión.⁴

Tubo digestivo es el conjunto de órganos (boca, faringe, estómago, intestino delgado e intestino grueso) encargados del proceso de transformación de los alimentos, para que puedan ser absorbidos y utilizados por las células del organismo.

Alimentación por boca

- Es una vía de alimentación natural.
- La dieta debe ser indicada por el nutricionista.
- Para comer por la boca, es necesario estar despierto, consciente y en posición sentada.
- Si el paciente presenta vómito, diarrea, dolor o distensión abdominal, solicitar ayuda.

NUTRICIÓN ONCOLÓGICA

Guía de alimentación para vivir mejor

Si bien tenemos más conocimientos sobre el cáncer y su tratamiento, aún prevalece la preocupación por una buena alimentación de los que, actualmente, afrontan esta enfermedad y de quienes ya lograron vencer esta difícil batalla. En el año 2012, solo en el Perú se reportaron aproximadamente 100 000 casos de personas con cáncer, por lo que mantener una dieta sana y rica en nutrientes es fundamental para la recuperación del afectado, quien presenta alteraciones del sentido del gusto y olfato que limitan una apropiada nutrición.

Esta guía nace de un proyecto del curso Nutrición y Oncología de la Carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC), cuya motivación surgió por falta de información y desorientación de los pacientes y sus familiares sobre cómo proceder con una adecuada dieta sin que esta tenga un régimen alimenticio carente de sabores agradables y disfrutables.

Los autores, el doctor César Rodríguez, médico intensivista, y la nutricionista Saby Mauricio, junto a siete de sus alumnos de la Carrera, han logrado plasmar sus conocimientos en una primera publicación didáctica, útil y fácil de comprender para el lector.

Colección: Ciencias de la salud

Área: Medicina alternativa

ECOE
EDICIONES



UPC
Universidad Peruana
de Ciencias Aplicadas

www.ecoediciones.com

Incluye

- ▶ Tabla de intercambio de alimentos.
- ▶ Dietas de texturas completas, blandas y líquidas.
- ▶ Conocimientos básicos sobre el rol de la nutrición en pacientes con cáncer.

Saby Mauricio Alza

Nutricionista, egresada de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Magister en Salud Pública con mención en Epidemiología y Doctorando en Salud Pública. Cuenta con una especialización en Soporte Nutricional y Metabólico por la Fundación de Santa Fe de Bogotá. Desde el año 2000, ha ejercido la docencia en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos y, a partir del 2009, en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Actualmente es Decana Nacional del Colegio de Nutricionistas del Perú.

César Rodríguez Félix

Médico, egresado de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, con especialidad en Medicina Intensiva. Cuenta con una especialización en Soporte Nutricional y Metabólico por la Fundación de Santa Fe de Bogotá. Ha dictado el curso de mención en Nutrición y Oncología en la Escuela de Nutrición de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Desde 2001, labora en el Instituto Nacional De Enfermedades Neoplásicas (INEN) en el área de Medicina Crítica, específicamente, en las áreas de Cuidados Intensivos, Terapia Intermedia y Emergencia. En 2007 formó la Unidad de Soporte Metabólico Nutricional Oncológico del INEN para pacientes en riesgo. Ha publicado el libro Manual de Soporte Nutricional Oncológico.

ISBN 978-958-771-387-9



9 789587 713879

e-ISBN 978-958-771-388-6