

# Guía

para el

# paciente de Quimioterapia





UNIDAD DE QUIMIOTERAPIA  
**EL NOGAL**



Te damos la bienvenida a la  
**Liga Colombiana contra el Cáncer.**

Sabemos que iniciar esta etapa del tratamiento puede generar un poco de incertidumbre, por eso, hemos diseñado esta cartilla para **brindarte información confiable** que puede ser útil en este nuevo proceso que inicias.

***¡Cuenta con nosotros!***

**#LaLiga  
TeCuida**

# Contenido

Página

- 2** Sobre la quimioterapia
- 5** Proceso administrativo para acceder al tratamiento
- 8** Recomendaciones durante el tratamiento
- 11** Pautas para el control de efectos secundarios
- 19** Signos y síntomas de alarma
- 22** Medicina integrativa para el control de signos y síntomas
- 25** Otros servicios de la Liga



1

## Hablemos del tratamiento

### ¿Qué es la Quimioterapia?

La quimioterapia es un tipo de tratamiento para el cáncer, que tiene la función de **impedir la reproducción y el crecimiento** de las células malignas, o la destrucción de las mismas.

Este tratamiento puede originar algunos efectos secundarios que son diferentes en cada paciente. Estos efectos se deben a que los medicamentos al circular por todo el cuerpo, pueden atacar a algunas células sanas, además de las tumorales.



Existen **muchos tipos de fármacos** y su forma de administración puede ser:

- **Vía oral:** pastillas.
- **Endovenosa:** se inyecta en la vena por medio de sueros.

## Algunos términos:



**Sesión:** aplicación del medicamento. Tiene una duración aproximada de una a seis horas.



**Ciclo:** administración de los medicamentos por uno o varios días.



**Frecuencia de la aplicación:** puede repetirse cada 3 a 4 semanas, según el diagnóstico, estado de la enfermedad, objetivos del tratamiento, eficacia y respuesta del paciente al tratamiento.



Durante el tratamiento, su médico puede formular **otros medicamentos** que no son de quimioterapia, pero se asocian a la prevención de efectos secundarios.

La quimioterapia formulada **depende** del tipo de cáncer que se necesita tratar, si se ha recibido o no quimioterapia en el pasado y si se tienen otros problemas de salud, como diabetes o enfermedades del corazón, riñón u otros órganos.

### Ten en cuenta

**Únicamente el oncólogo tratante** establece dosis, manera en que se administrará, frecuencia y duración de la quimioterapia.



# 2

## ¿Cómo acceder a nuestro servicio?



### Radicación de documentos Unidad de Quimioterapia El Nogal

Para garantizar y programar tu atención, puedes radicar los documentos necesarios de la siguiente manera:

#### Presencial

Acércate a nuestra sede en la **Carrera 12A # 77 - 34**, de lunes a viernes (hábiles), en el horario de **8:00 a.m. a 4:30 p.m.** y entrega los documentos en el tercer piso.

#### Virtual

Envía los documentos escaneados al correo **[oncologia@ligacancercolombia.org](mailto:oncologia@ligacancercolombia.org)** en el horario de 8:00 a.m a 4:30 p.m. con anticipación de 3 días hábiles. En el cuerpo del correo escribe por lo menos dos números de contacto.

El día de la aplicación, **deberás traer los originales** de los documentos enviados a este correo, entregarlos en la recepción del **segundo piso** y hacer el pago de los valores correspondientes a cuotas moderadoras o copagos según sea el caso.



## ¿Qué documentos debes traer para autorizar el tratamiento?



**1** Cotización firmada y soporte de pago de **medicamentos** cotizados (si aplica).

**2** Fotocopia de **documento de identidad** (si eres paciente primera vez).



**3** **Fórmula** original no mayor a 30 días.



**4** **Autorización** original vigente de la aseguradora, dirigida a la Liga Colombiana Contra el Cáncer.

**5** Resultados de **laboratorio** (si aplica).

**6** **Historia clínica** reciente.



Si tienes dudas acerca de los documentos comunícate al 744 17 80 Ext. 307 o al celular 302 339 0314.





## Recomendaciones durante el tratamiento



- ✓ Asiste con **ropa cómoda** (camisa de abertura delantera y manga corta).
- ✓ Asiste con **disponibilidad de tiempo** y un acompañante.
- ✓ Mantén la **higiene personal**, incrementa la frecuencia del lavado de manos, en especial después de ir al baño y antes de consumir alimentos.
- ✓ No consumas **tabaco**.
- ✓ Evita o reduce el consumo de **alcohol**.
- ✓ Mantén la **actividad física** y mental.

Anota tus dudas con anticipación y pregúntalas al personal médico y de enfermería **el día de la aplicación**.



## Recomendaciones nutricionales



Recuerda mantenerte siempre **hidratado**.  
Aumenta el consumo de líquidos diarios.



Evita el consumo de **proteínas crudas** como carpaccio, sushi, caviar, etc. Así como, embutidos o comidas y bebidas preparadas en la calle.



Promueve la ingesta de alimentos ricos en **antioxidantes, carotenoides, vitaminas A, E y C**.



Prefiere la cocción de proteínas **al vapor**, evita la preparación al carbón o en leña.



Consumo frutas que tengan **cáscara gruesa** y que facilite el lavado, evita el consumo de frutas como fresas y frambuesas.



Limita el consumo de **azúcares refinados y sal**.

Recuerda que en la Liga contamos con un profesional de nutrición que puede asesorarte durante tu proceso.



## Recomendaciones con medicamentos



**No te automediques**, siempre consulta al médico tratante antes de consumir cualquier medicamento nuevo.



**Sigue las recomendaciones** del médico tratante o del personal de enfermería de la Unidad de Quimioterapia, relacionadas con la forma y frecuencia del consumo de medicamentos ordenados para consumir en casa.



Lleva a cada cita médica la **lista completa de tus medicamentos**: formulados, suplementos, homeopáticos y también aquellos adquiridos sin fórmula médica.



Guarda tus medicamentos correctamente en un **lugar fresco y seco**, alejados de la humedad y fuentes de calor. Por ejemplo, en un cajón alto de un tocador, caja de almacenamiento, estante del armario, etc).

En la Liga contamos con profesional farmacéutico, ¡pregúntanos!



## Recomendaciones psicológicas

Recibir un diagnóstico de cáncer puede **impactar tu salud mental**. Puedes experimentar emociones intensas, como tristeza, nostalgia, miedo, rabia, entre otras, y también tener pensamientos que te generen malestar e incluso modificaciones en tu conducta. Esto se debe a que te estás adaptando a los nuevos cambios que genera el tratamiento. ¡La Liga te acompaña en cada paso!



Expresa libremente tus **sentimientos, emociones, inquietudes y preocupaciones** frente a esta nueva etapa de tu vida. Estamos dispuestos a escucharte y orientarte.



La **pérdida de cabello** no es fácil de aceptar y puede tomar algún tiempo ajustarse a la nueva imagen corporal. Si lo deseas, puedes cortar el cabello un poco antes de iniciar el tratamiento, utilizar gorros, sombreros o pañuelos. Recuerda que esta situación es temporal y una vez terminado el tratamiento, tu cabello volverá a crecer.



**Conéctate con tus hobbies**, con aquellas actividades que son placenteras para ti. Esto permitirá disipar las preocupaciones o molestias.

¡Nuestro profesional de psicología está dispuesto a escucharte!

## Recomendaciones espirituales



La espiritualidad tiene un rol importante en la forma en la que se afronta la enfermedad, permite mantener una esperanza, otorgándole un nuevo sentido a tu experiencia de vida actual y buscando nuevos significados al proceso del cáncer.

No hay una única manera de cultivar la espiritualidad, cada persona transita por esta experiencia, la construye y le da significado a raíz de su vivencia.

Queremos invitarte a pensar este proceso en torno a **siete palabras**. A lo largo del camino, serás el encargado de darle significado a cada una de éstas:



Afrontar



Aceptar



Amor



Acompañar



Aprender



Adaptarse



Agradecer



En la Liga contamos con **consejería espiritual**, pregúntanos.

## Recomendaciones para evitar infecciones

Durante el tratamiento de quimioterapia **se alteran y se disminuyen las células** que nos defienden contra las infecciones (glóbulos blancos), por lo cual, el organismo se vuelve más susceptible de contraerlas. Ten en cuenta las siguientes medidas de protección:



Evita **contacto** con personas enfermas, multitudes o recintos cerrados concurridos.



Utiliza **tapabocas** según las recomendaciones del personal médico en los días más riesgosos, (día 7 - 14 posterior a la quimioterapia).



Evita permanecer en situaciones en las que se levante **polvo**, como el aseo doméstico, remodelaciones, construcciones y el cambio de tendidos en las camas.



En lo posible, utiliza **rasuradora eléctrica** para afeitarte y así disminuir el riesgo de lesiones. Evita manipular objetos puntiagudos o cortantes.



**Protege tus manos** al realizar actividades como jardinería, lavado de loza o de ropa, cocinar, etc.



# 4

## Control de efectos secundarios

En respuesta al tratamiento de quimioterapia, es posible que presentes algunos síntomas, éstos **son temporales y desaparecen gradualmente**, y no necesariamente se presentan en todos los casos.

Los efectos secundarios dependen de la tolerancia individual **de cada paciente** así como del medicamento que se está administrando.

A continuación, te brindamos recomendaciones para que sean más fáciles de manejar para ti.

**¡El equipo de la Unidad de Quimioterapia EL NOGAL, está preparado para ayudarte!**



## En caso de falta de apetito



Evita las comidas abundantes, opta mejor por **porciones pequeñas** y fracciona tu alimentación en 5 o 6 comidas al día.



Considera el consume de **suplementos nutricionales** líquidos o en polvo.



Asegúrate de consumir **proteínas** como una prioridad antes que otros alimentos.



**Una alimentación equilibrada es un aliado durante el tratamiento: ayuda a recuperar tejidos, fortalecer defensas y mejorar el estado de ánimo.**

## En caso de náuseas o vómito



Consume alimentos y líquidos en **pequeñas cantidades**. Presta atención cuando sea el momento de suspender la ingesta.



Evita los alimentos altos en **grasas y azúcar**.



Si no hay restricción médica, consume **hielo** en cubos, paletas o congela fruta picada.



Mantente hidratado con bebidas que aporten electrolitos (sueros caseros o comerciales).



**Evita los olores fuertes** y mantén ventilados los especios.

## En caso de diarrea



Aumenta la ingesta de **líquidos**. Puedes tomar suero oral, consomé o aguas aromáticas.



**Evita los laxantes** o frutas que aumenten el tránsito intestinal, como la papaya y el mango.

Después de 10 deposiciones, debes consultar con el médico en el servicio de urgencias.



## En caso de estreñimiento



Aumenta el consumo de **frutas** tales como: ciruela, papaya, pitahaya y granadilla, además de cereales integrales y fibra.



Toma una **bebida tibia** después de cada comida.



Mantente **hidratado**. En lo posible, consume de 8 a 10 vasos de agua diariamente.



**Evita** alimentos como manzanas, peras, guayabas y duraznos, así como canela y té negro.

## En caso de mucositis o placas en la boca



Mantén una buena **higiene bucal**.



Usa enjuagues bucales **sin alcohol** o puedes reemplazarlos por agua con una cucharada de bicarbonato.



Evita alimentos **ácidos e irritantes**.



**Avisa al personal médico** en caso de presentar placas blancas, encías rojas o heridas.



Mientras recibes tratamiento de quimioterapia, no consumas bebidas alcohólicas.

## En caso de dificultades con la función sexual

La enfermedad y el tratamiento pueden impactar tu vida sexual, por ello, es completamente normal que sientas menos deseo, y que se dificulte la excitación y el orgasmo.



Comparte y **comunica** a tu pareja sobre tu estado de ánimo.



Utiliza **lubricantes íntimos** a base de agua si presentas resequead.



Pregunta a tu médico por la consulta de **planificación familiar**.

## En caso de cambios en la piel



Utiliza **jabones suaves y neutros**.



Manten siempre humectados tus **manos y las plantas de los pies**.



Usa **protector solar** y reaplicalo cada dos horas, evita exposición directa a los rayos del sol y utiliza sombrilla con filtro UV.

## En caso de neuropatía



Comunica a tu médico tratante si presentas **dolor y alteración de la sensibilidad** en las manos y los pies.



No utilices **agua** demasiado caliente ni demasiado fría para darte una ducha o lavar la loza.



**Protege** las áreas de tu cuerpo en las que has perdido sensibilidad, no camines descalzo, usa medias gruesas y zapatos ortopédicos.



**Examina diariamente tu cuerpo** para detectar si has sufrido cortes, rasguños o quemaduras, especialmente en los brazos, las piernas y los dedos de las manos y los pies.



Realiza **masajes suaves y humectación** de la piel en tus extremidades.

## En caso de dolor

El dolor es el síntoma que se presenta con mayor frecuencia y el que más **afecta tu calidad de vida**. Puede disminuir el apetito, afectar el ánimo y dificultar conciliar el sueño. El adecuado manejo del dolor te permitirá estar tranquilo y llevar a cabo las actividades de la vida diaria.



Consume los medicamentos de acuerdo a la **prescripción médica** (dosis - frecuencia) y emplea la dosis extra de medicamento para aliviar picos de dolor severo. Usa alarmas para que recuerdes tomar tus medicamentos de manera adecuada.



**No suspendas** súbitamente los medicamentos para el dolor si los has tomado por más de una semana, podría generar síntomas molestos y peligrosos para tu salud.



Si sientes que el dolor se intensifica y no se puede controlar, asiste al **servicio de urgencias** y no te automediques.



Evita realizar **esfuerzos físicos** intensos y levantar objetos pesados.

En la Liga contamos con **tratamientos personalizados, seguros y complementarios para el manejo del dolor según la necesidad de cada paciente.**



## En caso de caída del cabello

El cabello **no suele caerse de manera inmediata**, sino que tiende a irse debilitando de acuerdo al medicamento y afecta todas las zonas del cuerpo, como la cabeza, el rostro (cejas y pestañas) y el vello corporal (brazos, piernas, axilas y el área púbica).



Usa **shampoo con PH neutro** para lavar el cabello y considera no lavarlo todos los días.



Elige un **cepillo suave** o un peine con dientes anchos el cambio.



Puedes **anticiparte** a la caída del cabello, realizando algún corte o cambio de look, un poco antes de iniciar el tratamiento.



**Evita usar tintes** permanentes u otros productos químicos durante el tratamiento ya que pueden irritar el cuero cabelludo.



Protege tu **cuero cabelludo** de los rayos del sol, aplicando portector solar o usando accesorios como gorros o pañoletas.



Una vez finalizado el tratamiento su cabello empezará a crecer progresivamente.

## En caso de cansancio o fatiga

El tratamiento de quimioterapia puede hacerte sentir más cansad@ y **con menos energía de lo habitual**. Esta sensación es normal ya que tu cuerpo está experimentando una carga de estrés físico y emocional.



**Pide ayuda** con las tareas domésticas y otras actividades de rutina que sean agotadoras.



Recuerda que **descansar y dormir** durante el tratamiento es muy importante, te ayudarán a recuperar energía.



Usa **técnicas de relajación**, como yoga para ayudar a restablecer tu vitalidad y bienestar.

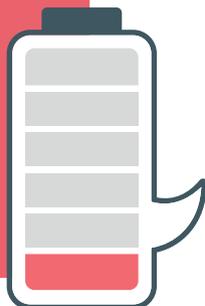


Procura realizar **ejercicio físico** a tolerancia.



Realiza una **caminata** por un lugar tranquilo y seguro.

No seas exigente contigo mismo, este proceso no es fácil, pero volverás a sentirte con la misma energía que antes.



5

## Síntomas de alarma

**Comunícate con tu médico o acude al servicio de urgencias si presentas:**



**Fiebre** por encima de 38,3°C en tres mediciones de temperatura en 24 horas.



Sudoración intensa y **escalofríos fuertes**.



**Tos persistente**, garganta irritada y dolor o dificultad al pasar los alimentos.



Dificultad para respirar y **fatiga intensa**.



**Incapacidad** para mover alguna parte del cuerpo.



**Dolor severo** y persistente en el sitio de aplicación de la quimioterapia o cualquier parte del cuerpo.



Aparición de **brotes en la piel** o moretones en cualquier parte del cuerpo sin causa aparente.



**Sangrado** abundante.

# 6

## Uso de la medicina integrativa para el manejo de síntomas



La medicina integrativa cuenta con herramientas que te **ayudarán a totelar la enfermedad** y los efectos secundarios del tratamiento. Puedes hacer uso de ella en paralelo con la quimioterapia.



**Homeopatía:** puede mejorar tu estado de ánimo y fortalecer tu sistema inmunológico.



**Sueroterapia:** consiste en la administración intravenosa de sueros con nutrientes, vitaminas, minerales y antioxidantes para mejorar la salud y el bienestar.



**Manejo del dolor con infiltraciones:** se inyectan medicamentos directamente en una zona específica del cuerpo para aliviar el dolor y la inflamación.



**Otras terapias como:** acupuntura, ventosas, auriculoterapia, moxibustión, terapia neural, etc.



En la Liga contamos con la consulta de medicina integrativa, ¡pregúntanos!



## Nuestros servicios

7

### ¡En la Liga pensamos en el bienestar de todos nuestros pacientes!

Atendemos de manera **interdisciplinaria** tus necesidades con el fin de promover tu bienestar y mejorar significativamente tu calidad de vida.

## CONTAMOS CON



### Unidad médica EL NOGAL

#### COMPRENDE

- Aplicación de **quimioterapia**.
- Aplicación de medicamentos **intravenosos**.
- **Manejo de heridas** de baja y mediana complejidad.
- Cuidado y mantenimiento de **catéter**.
- **Manejo sintomático** (hidratación diaria).
- Aplicación de medicamentos **intramusculares o subcutáneos**.

Más información: 302 339 0313

## Para aplicación de medicamentos intramusculares o subcutáneos:

Si requieres cita para programar este servicio, debes **enviar la siguiente documentación** escaneada a los siguientes correos electrónicos:



facturaciononcologia1@ligacancercolombia.org  
facturaciononcologia2@ligacancercolombia.org

### Debes remitir:



**Número de teléfono:** te contactaremos para darte la disponibilidad de agenda.



**Autorización** con fecha vigente.



**Fórmula** médica.



**Historia** clínica.



**Comunícate al PBX: 7441780**  
extensión 301 – 305 o  
acércate al tercer piso de  
nuestra sede en el horario  
de 7:00 a.m. a 7:00 p.m.  
de lunes a viernes.





Prestamos un servicio de manera **multidisciplinaria**, que comprende las siguientes especialidades:

  
**Oncología  
clínica**

  
**Medicina  
general**

  
**Medicina  
complementaria**

  
**Cuidado  
paliativo**

  
**Enfermería**

  
**Psicología**

  
**Nutrición**

  
**Asesoría  
espiritual**

### Para solicitud de citas:

 [consultaexterna@ligacancercolombia.org](mailto:consultaexterna@ligacancercolombia.org)

 **PBX:** 7441780 Ext. 204 - 301  
**Celular:** 304 495 4449

 Acércate a la recepción del segundo piso de nuestra institución en el horario de **7:00 a.m. a 7:00 p.m.** de lunes a viernes.

### Recuerda

**Para consulta de oncología  
clínica por primera vez,  
deberás presentar  
resultados de biopsia.**





## SERVICIO farmacéutico



**Droguería y dispensación de medicamentos**



**Atención farmacéutica**



**Servicio a domicilio**

**Para reclamar tus medicamentos presenta impreso los siguientes documentos:**



**Autorización** emitida por tu EPS, medicina prepagada o aseguradora.



**Fórmula médica** vigente.



**Cédula** de ciudadanía original.

**Para compras particulares:**  
Presenta **fórmula médica vigente** y **documento de identidad del paciente.**



**Para información de dispensación:**  
[rfambulatoria@ligacancercolombia.org](mailto:rfambulatoria@ligacancercolombia.org)

**Para entregas a domicilio:**  
[pedidos@ligacancercolombia.org](mailto:pedidos@ligacancercolombia.org)



**PBX:** 7441780 Ext. 408 - 411 . **Celular:** 320 366 3107



# SERVICIO

## Programa de dolor y cuidados paliativos

ALIVIO



Contamos con un equipo interdisciplinario dedicado a acompañarte para **mejorar tu calidad de vida** durante **todo el trayecto** de tu enfermedad.

**Puedes preguntar a cualquier miembro del personal asistencial si requieres apoyo en los siguientes temas:**

- Alivio de **síntomas** físicos que genera la enfermedad o el tratamiento, como dolor, náusea, vómito, disminución del apetito, entre otros.
- Apoyo a familiares y cuidadores en la **adaptación** a la enfermedad y en el duelo.
- Necesidades **psicológicas, sociales y espirituales**.
- Orientación sobre **voluntad anticipada**.
- Manejo de **heridas**
- Apoyo en **nutrición**.

**Solicita más información en:**



[consultaexterna@ligacancercolombia.org](mailto:consultaexterna@ligacancercolombia.org)



**PBX:** 7441780 Ext. 204 - 301

**Celular:** 302 339 0308





# SERVICIO

Programa de **apoyo psicosocial**

**GRATUITO**

En la Liga Colombiana Contra el Cáncer contamos con diferentes **grupos de apoyo** dedicados a acompañarte a ti y a tu familia en cada experiencia de este proceso:



**Círculo de mujeres**

**GRUPO de acompañamiento EN DUELO**



**CUIDANDO a cuidadores**  
LIGA COLOMBIANA CONTRA EL CÁNCER

También ofrecemos

**talleres gratuitos** de

Macramé

Cocina saludable

Yoga

Imagen personal

Acuarelas

Mandalas



Si lo necesitas, puedes acceder a la **donación** de prótesis mamarias externas y pelucas.

**Solicita más información en:**



psicología@ligacancercolombia.org



**WhatsApp:** (+57) 324 253 6269 . **PBX:** 7441780 Ext. 304



UNIDAD DE QUIMIOTERAPIA  
**EL NOGAL**



@ligacancercolombia

[www.ligacancercolombia.org](http://www.ligacancercolombia.org)

**PBX:** (601) 744 17 80  
Carrera 12A No. 77-34  
Bogotá, D.C.

