

**Manejo de síntomas para quimioterapia:
cómo entender sus conteos sanguíneos**

¿De qué forma funciona la quimioterapia y cómo afectará mis conteos sanguíneos?

El cáncer tiene lugar cuando las células del organismo se dividen y crecen a un ritmo anormalmente rápido. La quimioterapia es el uso de medicamentos potentes que funcionan deteniendo estas células que se dividen con más frecuencia.

La quimioterapia es un tratamiento común para muchos tipos de cáncer y ha probado ser segura y eficaz. Si bien la quimioterapia fue diseñada para matar las células cancerosas, no tiene la capacidad de seleccionar únicamente las células cancerosas para su destrucción. En el organismo existen células sanas que también se dividen con mucha rapidez y que pueden ser afectadas por la quimioterapia. Estas incluyen las células de la médula ósea y de la sangre:

- Glóbulos rojos: transportan el oxígeno a través del organismo.
- Glóbulos blancos: ayudan al organismo a combatir las infecciones.
- Plaquetas: ayudan a formar coágulos y a detener el sangrado.

¿Qué significa ser controlado cuando se hace un recuento sanguíneo completo (CBC)?

Su médico indica un recuento sanguíneo completo (CBC por sus siglas en inglés) para controlar los efectos de la quimioterapia sobre su conteo sanguíneo para asegurarse de que sus valores no estén demasiado bajos. Hay tres partes principales de la sangre que se controlan. Cada parte tiene una función diferente.

Glóbulos rojos: los glóbulos rojos están formados por hemoglobina y hematocritos (H/H), que transportan y llevan oxígeno desde sus pulmones a todo el organismo. Un H/H bajo se denomina **anemia**. Los síntomas de anemia pueden incluir:

- Cansancio o debilidad
- Mareos
- Coloración pálida de la piel
- Dificultad para respirar
- Dolor en el pecho
- Aturdimiento

Qué debe hacer si está anémico:

- Descanse mucho.
- Planifique períodos breves de actividad y descanse entre una actividad y otra.
- Muévase lentamente para evitar marearse.

Glóbulos blancos: la función de los glóbulos blancos es combatir infecciones y gérmenes. El neutrófilo es un componente de los glóbulos blancos que ayuda a su organismo a combatir las infecciones. El recuento absoluto de neutrófilos es controlado por su médico para determinar qué tan bien podrá combatir una infección. Un bajo recuento de neutrófilos se denomina **neutropenia**. Cuanto menor sea su recuento absoluto de neutrófilos, mayor será su riesgo de contraer una infección. Los síntomas de una infección pueden incluir:

- Fiebre de 100.5 °F (38 °C) o más
- Tos
- Dolor de garganta
- Llagas o ampollas bucales en los labios o la piel
- Escalofríos
- Secreciones vaginales inusuales o comezón
- Diarrea o deposiciones blandas
- Ardor al orinar

Qué hacer para prevenir una infección:

- Evite el contacto con muchedumbres y otras personas que puedan tener resfríos o infecciones.
- Lávese bien las manos con frecuencia a lo largo del día.
- Evite situaciones o actividades en las que pueda rasguñarse o dañarse la piel.
- Límpiense los cortes y rasguños de inmediato con agua tibia y jabón y un antiséptico.
- No coma verduras ni frutas frescas.
- Use un popote para beber soda o jugo de una lata. No beba directamente del envase.

- Los alimentos deben estar bien cocidos, como por ejemplo los filetes y hamburguesas/carne en trozos.
- Coma una dieta balanceada.
- No permita flores frescas en su habitación del hospital ni en su casa.
- Aumente su consumo de líquidos.
- Mantenga una buena higiene bucal y corporal.
- Use guantes de protección cuando limpie los excrementos de los animales.
- No reciba ninguna inmunización ni vacuna sin consultarlo primero con su médico.

Plaquetas: la función de las plaquetas es la formación de coágulos para evitar el sangrado descontrolado. Un bajo recuento de plaquetas se denomina **trombocitopenia**. Los síntomas de un bajo recuento de plaquetas pueden incluir:

- Facilidad para hacerse moretones
- Encías sangrantes
- Hemorragias nasales
- Manchas rojas/violetas en su piel o en su boca
- Deposiciones oscuras o negras

Qué hacer cuando su recuento de plaquetas es bajo:

- Use un cepillo dental blando o tipo esponja.
- Aféitese con una afeitadora eléctrica.
- Evite deportes de contacto.
- Límpiense la nariz sonándose suavemente.
- Consulte a su médico antes de ver al dentista.
- No camine descalzo.
- No use aspirina ni medicamentos similares a la aspirina.

¿Cómo se trata un bajo recuento sanguíneo?

Todos los componentes de la sangre son producidos por la médula ósea dentro de sus huesos. Hay medicamentos como la eritropoyetina (Procrit), el filgrastim (Neupogen) y el pegfilgrastim (Neulasta) que pueden estimular su médula ósea para producir más células sanguíneas. Su médico también puede considerar una transfusión de sangre o de plaquetas dependiendo de los resultados de sus pruebas y los síntomas. Su médico discutirá estas opciones de tratamiento con usted dependiendo de su condición individual.

Si alguna parte de su conteo sanguíneo llegara a estar baja, su enfermera o su médico se lo informarán y le dirán qué precauciones son necesarias, en caso de que hubiera que tomar alguna. Recuerde que su conteo sanguíneo es una prueba simple y común que ayudará a su proveedor de atención médica a cuidarlo durante su tratamiento. Se lo anima a usar esto como una guía y a hablar con su enfermera o médico cada vez que tenga una pregunta sobre su conteo sanguíneo o sobre su estado general.

Notas/Información adicional: _____

Fuentes:
 American Cancer Society @ www.cancer.org
 Patient Education Institute @ www.X-Plain.com
 Praxair Cancer Center en Danbury Hospital, Danbury, CT.