

Encuentros Médicos

EL PACIENTE ONCOLÓGICO: ANEMIA Y CANSANCIO



Jueves 30 de Octubre



Dr. Joaquim Bosch

Miembro del Grupo +MIR de la SEOM
 Departamento de Oncología de la Clínica Universitaria de Navarra
www.seom.org

1. buenos días: Hace tres años me extirparon un tumor de mama y varios ganglios. Tras la quimioterapia y radioterapia el síntoma que más me invalida es un cansancio constante ¿como considera que puedo mejorar esta sensación habiéndose normalizado las analíticas de sangre y estando hasta el momento en remisión el cáncer? gracias Loli 48 años.

Estimada Loli,

Habría que descartar otras causas que puedan estar provocando el cansancio que ahora refiere, mediante analíticas y una adecuada historia clínica (hormonas tiroideas, posible ansiedad o insomnio...). En caso de estar todo normal, sería bueno comentarlo con su oncólogo, ya que existen

algunos fármacos de los que se podría beneficiar, aunque deben ser administrados con supervisión médica.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

2. doctor ¿es conveniente volver a hacer deporte como antes, una vez que se ha superado un linfoma hopkins tras cinco años? Luis 33 años desde Huesca.

Estimado Luis,

El ejercicio físico es muy importante para la salud. Es muy recomendable realizarlo, sin sobrepasar las propias limitaciones que te marque tu cuerpo. No existe, en principio, ninguna contraindicación para que practique un deporte que se adapte a su estado físico.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

3. ¿la aparición repentina de cansancio constante y sueño a todas las horas del día puede ser un sintoma indicativo de la aparición de un tumor maligno? ¿donde considra que habría que buscar primero? muchas gracias Ana (Mallorca).

Estimada Ana,

La astenia es un síntoma que puede aparecer en muchas enfermedades. La recomendación es ser valorado por un médico que mediante la historia clínica y la exploración física así como las pruebas complementarias que estime necesarias, pueda orientar mejor la causa de este cansancio., que no tiene que estar en relación con un cáncer.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

4. doctor, tras las sesiones de rasdioterapia ¿se debe suplementar con qué vitaminas o minerales o alimentos la dieta para evitar esa sensación de cansancio increíble que te queda? Virginia (68 años) murcia.

Estimada Virginia,

Es importante mantener una dieta variada y equilibrada. En caso de que no pueda mantener esa dieta variada (por ejemplo por toxicidades del tratamiento) puede ser necesario tomar suplementos de vitaminas y minerales. El cansancio postradioterapia suele mejorar con el paso del tiempo, es importante que intente hacer una vida activa durante este tiempo.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

5. doctor bosch: gracias por estar ahí, verá, tengo dificultades para superar la anemia que me ha quedado después

de la quimio que me dieron tras un tumor maligno de útero ¿que medidas se deben tomar cuando no suben los glóbulos rojos (no llegan a 4 millones nunca) desde hace años? agradecida Marisol.

Estimada Marisol,

Lo primero, agradecerle su confianza.

Puede quedar, después de los tratamientos de quimioterapia, una médula ósea menos productiva. No se recomiendan el uso de agentes estimuladores de eritropoyetinas en este contexto. Habría que descartar que no exista una deficiencia de hierro. En caso de ser una astenia muy importante, su médico de referencia podría valorar la necesidad de una transfusión.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

6. Estimado dr. Bosch,
tengo un familiar que está recibiendo quimioterapia y por este motivo se encuentra muy cansado y decaído. Además después de recibir los ciclos tiene muchas molestias durante algunos días. ¿Estos productos lácteos que anuncian tanto en la televisión que potencian las defensas son buenos en estos casos? Gracias. Sonia

Estimada Sonia,

Los tratamientos de quimioterapia y la enfermedad pueden causar anemia y ser ésta la causa del cansancio. Su oncólogo debería saber que tiene estos síntomas para poder diagnosticarle la anemia y poner los tratamientos oportunos.

En cuanto a los productos lácteos, los productos que llevan lactófilus han demostrado que disminuyen las diarreas en los pacientes con tratamiento de quimioterapia.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

7. Buenos días doctor: le escribo porque a mi madre le han detectado bajo el hierro, pero dicen que no es anemia. Aún así, le van a hacer el estudio genético, ya que mi abuelo falleció de cáncer de hígado. Tener bajo el hierro puede ser un síntoma? Qué diferencia hay entre tener el hierro bajo y tener anemia? Muchísimas gracias

Estimada/o amiga/o,

La anemia se define como una cifra baja de hemoglobina (una proteína de los glóbulos rojos). En algunos casos está causada por un déficit de hierro (anemia ferropénica) aunque la anemia puede ser debida a otras causas.

Hay que continuar con los estudios que los médicos de su madre están realizando para explicar el déficit de hierro, que no siempre acaba causando anemia.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

8. doctor joaquim desde la operacion que me quitaron un tumor en estómago, además del cansancio, he perdido todo el interés sexual, aunque tengo 50 años. He sido sometido a quimioterapia y sufrí la caída del pelo pero eso de la impotencia no me lo esperaba ¿creen que tiene arreglo todavía?. Eduardo.

Estimado Eduardo,

La impotencia no suele ser un efecto frecuente de la quimioterapia, aunque sí puede causar esterilidad. Le recomiendo que consulte con un especialista en urología.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

9. doctor joaquim, tener anemia siempre puede ser un síntoma de cáncer, lo digo porque a una vecina le han detectado cáncer de estómago, y anteriormente tenía anemia cada dos por tres. Gracias de antemano y me encanta su programa

Estimada amiga/o amiga/o,

El cáncer puede causar anemia, pero no todas las anemias están causadas por un cáncer. En caso de anemia hay que consultar con un médico para diagnosticar la enfermedad que la está causando.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

10. doctor: antes de empezar sesiones de quimio he oido que en ocasiones se hacen autotransfusiones para evitar pérdidas de sangre y luego reponerlas de una misma cuando aparezca la anemia. no sé si esto es realmente así ¿puede ser conveniente extraer sangre antes de la quimio para ponerla después? saludos. Maria teresa.

Estimada María Teresa,

Las autotransfusiones suelen utilizarse habitualmente antes de procedimientos quirúrgicos. La sangre donada para este fin tiene una fecha de caducidad, motivo por el que en tratamientos largos de quimioterapia pueden hacer que no sea lo más práctico. En caso de padecer anemia, se pueden utilizar distintos tratamientos que puede discutir con su oncólogo.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

11. HOLA BUENOS DIAS DOCTOR. Quisiera saber los efectos secundarios que puede tener vivir con una anemia ferropénica permanente debido a pérdidas digestivas por poliposis múltiple. Mi oncólogo controla la anemia con hierro intravenoso cada 4 - 6 meses mas o menos, el cansancio no lo acuso demasiado.

Estimada/o amiga/o,

El hierro intravenoso es un fármaco reciente, por lo que no existe mucha evidencia científica sobre su uso en largos períodos de tiempo (años). Sin embargo, lo solemos utilizar sin muchos problemas y, por tanto, me parece una opción correcta, ya que está supervisado por un especialista.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

12. doctor, al tratar un cancer de colon, tras la cirugía y la quimio, quedó también anemia ya superada pero no así la sensación de fatiga permanentemente ¿como creen que se puede mejorar la vitalidad para volver a la normalidad más o menos de la jorma más saludable en su experiencia? María saludos desde Coruña.

Estimada María,

Por los tratamientos recibidos puede quedar, en alguna ocasión, una astenia crónica. Las recomendaciones consisten en intentar realizar ejercicio físico frecuente (sin llegar al agotamiento). Se podría valorar con su oncólogo tratamiento con metilfenidato, habiendo descartado posibles contraindicaciones y con un control con su médico para controlar los posibles efectos secundarios.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

13. Dr, me llama mucho la atención que desde todos los foros se dé cada vez má impornacia a lo que comemos como fuente de salud y no se haga hincapié en la alimentación que puede ayudar a los enfermos de cáncer. Habrá pautas alimentaria específicas que puedan ayudar a luchar contra la enfermedad. La alimentación es un tema que se comenta de pasada pero en el que no se insiste. Me gustaría conocer cuáles serían sus recomndaciones al respecto. Muchas gracias.

Estimada/o amiga/o,

El tema de la alimentación es motivo de grandes controversias y hay pocos estudios científicos que hayan intentado aportar luz en este tema, dada la gran complejidad en un diseño experimental. Mi recomendación es procurar mantener una buena nutrición con una dieta equilibrada y variada.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

14. doctor ¿opinaría sobre el uso de los derivados del aceite de cannabino en oncología? ¿puede ser de utilidad en casos de efectos indeseables como ese cansancio, vómitos, malestar digestivo, ansiedad que se ven tras una quimio por un cáncer de mama? Paquita 55 años cartagena.

Estimada Paquita,

Efectivamente existen estudios en marcha para conocer la eficacia de los derivados de cannabino en oncología, por ejemplo en Barcelona. Aún así, existen cada vez más fármacos activos y eficaces para controlar las náuseas (setrones, aprepitant,...). Mi recomendación es utilizar los fármacos comercializados para este fin mientras todavía no esté del todo demostrada la eficacia de los derivados del cannabis.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

15. doctor: En el cáncer de colon (mi madre lo ha tenido) ¿se considera importante hoy a la hora de prevenir su aparición el evitar que se acumulen restos seguramente tóxicos en las paredes de ese órgano o es una teoría no probada que eso pueda ser la causa de tumores? ¿como se limpia el tubo digestivo de tóxicos? gracias Marga de Burgos.

Estimada Marga,

Se recomienda tomar alimentos ricos en celulosa (verduras, etc.) de forma habitual para evitar el acúmulo de tóxicos en el tubo digestivo. En caso de que haya más casos en la familia de cáncer de colon, sería bueno comentar con su médico la indicación de hacer un screening (colonoscopia) para un diagnóstico precoz.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

16. DR. BOCH: MI MADRE TERMINÓ SU TRATAMIENTO CON QUIMIOTERAPIA POR UN CÁNCER DE MAMA HACE ALGO MENOS DE UN AÑO. ¿PODRÍA VACUNARSE DE LA GRIPE CON NORMALIDAD?. ¿CUÁNTO TIEMPO NECESITAN LAS DEFENSAS PARA REPONERSE TRAS UN TRATAMIENTO COMO ÉSTE?. MUACHAS GRACIAS.

Estimada/o amiga/o,

En general, no se recomienda la vacunación en pacientes en tratamientos de quimioterapia o que los hayan recibido hace poco tiempo, ya que las defensas pueden estar algo debilitadas y no ser eficaz la vacuna. Siga las indicaciones de su oncólogo, ya que él conoce mejor el historial de su madre.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

17. mi nombre es marina, le escribo desde colombia, y mi pregunta es la siguiente: en su sociedad solamente investigan sobre el cáncer o también prestan ayuda a enfermos afectados por este mal. Muchas gracias

Estimada Marina,

la sociedad está formada por oncólogos que a su vez atienden a pacientes. Desde la SEOM se realizan reuniones y congresos con la finalidad de formar mejor a estos médicos y que esto repercuta en los pacientes. Así como actividades de divulgación, como puede ser este encuentro médico. Para más información contacte con las oficinas de la SEOM donde le atenderán sus preguntas gustosamente.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

18. por favor: la bajada de defensas cuando hay anemia despues de quimio por cancer de mama ¿como se puede mejorar en el día a día además de los lácteos esos con lactobacilus que hay? gracia lourdes. bilbao.

Estimada Lourdes,

En caso de presentar bajadas muy importantes de las defensas, su oncólogo podría valorar la necesidad de reducir las dosis para disminuir esta toxicidad, o añadir factores estimuladores de colonias (fármacos que aumentan las defensas). En cualquier caso, es imprescindible que esta decisión sea tomada por el médico de acuerdo con las preferencias del paciente.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

19. Dr. Joaquín Bosch,

Me han diagnosticado de un cáncer de cabeza y cuello y mi oncólogo me ha dicho que, además de radioterapia, recibiré tratamiento con quimioterapia. Soy usuaria de homeopatía y creo que me ayuda mucho, sobre todo las altas dosis de vitamina C. ¿Considera usted que debo seguir con la homeopatía?

Gracias

Estimada/o amiga/o,

Mis decisiones médicas están basadas en la evidencia científica de la que disponemos actualmente. No soy experto en homeopatía. No existen estudios que demuestren la eficacia de los tratamientos homeopáticos (se basan en la experiencia subjetiva). Su oncólogo debería saber que está utilizando ese tratamiento homeopático para evitar posibles interacciones con los tratamientos que le prescribe. Creo que esta pregunta debe formularse a su oncólogo y seguir sus indicaciones.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

20. al oncólogo le pregunto lo de mi hija de 18 años con novio desde hace dos años y la nueva vacuna del virus del papiloma humano para prevenir la aparición del cáncer de cuello uterino ¿como aconsejan ustedes a sus pacientes con estos datos en Navarra si se la deben poner ahora o no, ya que la opinión del medico de cabecera es opuesta con la del ginecólogo? agradecida maria luisa madrid.

Estimada María Luisa,

En Navarra existe muy baja incidencia de infección por papiloma virus. La mejor recomendación para evitar esta infección es evitar la promiscuidad. Existen estudios que demuestran que la vacuna es eficaz para disminuir la aparición de cáncer de cervix. La decisión de tomar este tratamiento la debe tomar el paciente tras valorar con sus médicos la evidencia científica de la que disponemos (podría ser que se estuviera sobretratando). Esta es mi opinión, que evidentemente no tiene por qué ser la misma que la de otros de mis compañeros en Navarra.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.

21. Dr, ¿qué opina del uso de enemas de manera periódica para lavar el intestino grueso y prevenir así el cáncer de colon? Gracias

Estimada/o amiga/o,

No existe evidencia científica para recomendar esta medida en la actualidad. El enema puede ser un buen tratamiento en casos de estreñimiento de varios días de evolución. Para la prevención es mejor tomar una dieta rica en celulosa, ya que es menos agresivo.

Un cordial saludo, Dr. Joaquim Bosch.