

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES

**TRATAMIENTO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON
CÁNCER DE ESTÓMAGO**

DOCENTE: ITALIA YAMILET HERNÁNDEZ FIGUEROA

ALUMNA: JOSSELINE SARAHI CERDIO ZEPEDA

OCTUBRE 2023

INTRODUCCIÓN.....	3
Tratamiento de los síntomas	5
PUNTOS IMPORTANTES	5
Anorexia	6
Náuseas	7
Vómitos.....	8
Boca seca.....	9
Úlceras en la boca	10
Cambios en el gusto	11
Inflamación de garganta y dificultad para tragar	12
Intolerancia a la lactosa.....	13
Aumento de peso	14
Tipos de asistencia nutricional	15
PUNTOS IMPORTANTES	15
La asistencia nutricional se administra de diferentes maneras.....	15
CONCLUSIÓN.....	17
BIBLIOGRAFÍA.....	18

INTRODUCCIÓN

El tratamiento nutricional para pacientes con cáncer de estómago es primordial y de vital importancia para sobrellevar dicha enfermedad, aminorar los síntomas provocados por la enfermedad, así como los efectos que provocan los medicamentos durante el tratamiento y quimioterapias, el suministrar la cantidad adecuada de calorías, mismas que necesitan aumentar por el cuadro clínico, así como el proveer alimentos anticancerígenos. El cáncer de estómago consiste en un crecimiento de células que comienza en el estómago como sabemos, este órgano ayuda a descomponer y digerir los alimentos.

El cáncer de estómago puede desarrollarse en cualquier parte del estómago. Los cánceres de estómago tienden a desarrollarse lentamente en un período de muchos años. Antes de que se forme un verdadero cáncer, a menudo ocurren cambios precancerosos en el revestimiento interno (mucosa) del estómago.

La desnutrición en estos pacientes, al igual que en otros procesos oncológicos, conlleva un peor pronóstico y calidad de vida, así como un impacto negativo clínico (mayor tasa de infecciones, toxicidad de los tratamientos, complicaciones, estancia hospitalaria, etc.) y económico; por eso la importancia y mejor pronóstico de vida gracias a un correcto y adecuado tratamiento nutricional.

TRATAMIENTO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON CÁNCER DE ESTÓMAGO

Las metas nutricionales para cada persona se establecen según el tipo y el estadio del cáncer, y las afecciones médicas adicionales. Es importante comer la cantidad adecuada de proteínas y calorías para sanar, combatir infecciones y tener suficiente energía.

Es más probable que se presenten problemas de alimentación cuando hay tumores que afectan la cabeza, el cuello, el esófago, el estómago, los intestinos, el páncreas o el hígado.

Los efectos del tratamiento del cáncer hacen que para muchas personas sea difícil comer bien. Los siguientes tratamientos contra el cáncer afectan la nutrición:

- Quimioterapia.
- Terapia con hormonas.
- Radioterapia.
- Cirugía.
- Inmunoterapia.
- Trasplante de células madre.

El cáncer y los tratamientos contra el cáncer a veces afectan el gusto, el olfato, el apetito y la capacidad de comer suficiente o de absorber los nutrientes de los alimentos. Es posible que esto cause desnutrición, una afección por falta de nutrientes esenciales.

La desnutrición hace que una persona se sienta débil, cansada e incapaz de combatir infecciones o de completar el tratamiento contra el cáncer. En consecuencia, la desnutrición puede disminuir la calidad de vida y llegar a ser mortal. La desnutrición suele empeorar cuando el cáncer crece o se disemina.

La meta de la terapia nutricional para las personas con cáncer en estadio avanzado depende del plan general de atención.

La meta principal de la terapia nutricional para las personas con cáncer avanzado es brindarles la mejor calidad de vida posible y aliviar los síntomas que producen sufrimiento. Quienes tienen cáncer en estadio avanzado quizás se traten con terapia contra el cáncer y cuidados paliativos, cuidados paliativos solos, o tal vez participen en un programa de cuidados paliativos. Las metas nutricionales serán diferentes para cada persona. Es posible que se interrumpan algunos tipos de tratamiento. A medida que el énfasis de la atención pasa del tratamiento contra el cáncer a los cuidados paliativos o la atención en la etapa final de la vida, es posible que la terapia nutricional sea menos intensiva con el fin de hacer que la persona se sienta lo mejor posible. Para obtener más información, consulte la sección Necesidades nutricionales en la etapa final de la vida.

Tratamiento de los síntomas

PUNTOS IMPORTANTES

- Anorexia
- Náuseas
- Vómitos
- Boca seca
- Úlceras en la boca
- Cambios en el gusto
- Inflamación de garganta y dificultad para tragar

- Intolerancia a la lactosa
- Aumento de peso

Anorexia

Las siguientes medidas tal vez ayuden a las personas con anorexia (pérdida del apetito o deseo de comer):

- Consuma alimentos con contenido alto de proteínas y calorías. Las siguientes son opciones de alimentos ricos en proteínas:
 - ⇒ Frijoles.
 - ⇒ Pollo.
 - ⇒ Pescado.
 - ⇒ Carne de res.
 - ⇒ Yogur.
 - ⇒ Huevos.
- Añada más proteínas y calorías a los alimentos, por ejemplo, consuma leche enriquecida con proteína.
- Consuma los alimentos ricos en proteínas en la primera comida del día cuando tiene más apetito.
- Tome solo pequeños sorbos de líquido durante las comidas.
- Beba licuados, batidos, jugos o sopas si no desea consumir alimentos sólidos.
- Coma alimentos que tengan un olor agradable.
- Pruebe alimentos y recetas nuevas.
- Trate de beber licuados con alto contenido de nutrientes (primero consulte con el médico o especialista en nutrición).

- Consuma comidas pequeñas y refrigerios saludables a lo largo del día.
- Coma las porciones más grandes de alimentos cuando se sienta bien y haya descansado.
- Reserve la comida más grande para cuando tenga más hambre, ya sea a la hora del desayuno, el almuerzo o la cena.
- Prepare y guarde cantidades pequeñas de sus alimentos favoritos para que estén listos para comer cuando tenga hambre.
- Manténgase lo más activo posible para tener buen apetito.
- Cepíllese los dientes y use enjuague bucal para aliviar los síntomas y el mal gusto en la boca.
- Hable con el médico o el especialista en nutrición si tiene problemas para alimentarse por molestias como náuseas, vómitos o cambios en el sabor u olor de los alimentos.

Si estos cambios de alimentación no ayudan con la anorexia, quizás se necesite alimentación por sonda.

A veces se administran medicamentos para aumentar el apetito. Para obtener más información, consulte la sección Medicamentos para tratar la pérdida del apetito y la pérdida de peso.

Náuseas

Las siguientes medidas tal vez ayuden a las personas con cáncer a controlar las náuseas:

- Escoja alimentos que le gusten. No se obligue a comer alimentos que le produzcan náuseas. Evite comer sus alimentos favoritos cuando tenga náuseas para que no los asocie con sentirse mal.
- Coma alimentos ligeros, blandos y que sean fáciles de digerir en lugar de comidas pesadas.

- Coma alimentos secos como galletas, palitos de pan o tostadas durante todo el día.
- Consuma alimentos suaves para el estómago, como tostadas de pan blanco, yogur natural y caldos claros.
- Coma tostadas o galletas secas antes de levantarse si tiene náuseas en las mañanas.
- Ingiera los alimentos y bebidas a temperatura ambiente (ni muy calientes ni muy fríos).
- Tome sorbos durante todo el día.
- Chupe dulces duros como pastillas de menta o caramelos de limón si tiene mal gusto en la boca.
- Evite los alimentos y las bebidas con olores fuertes.
- Coma 5 o 6 platos pequeños de comida por día en lugar de 3 platos grandes.
- Tome solo pequeños sorbos de líquido durante las comidas para evitar sentirse lleno o hinchado.
- No se salte comidas ni refrigerios. El estómago vacío puede empeorar la sensación de náuseas.
- Enjuáguese la boca antes y después de comer.
- Evite comer en una habitación con olores de cocina o muy calurosa. Mantenga las habitaciones a temperatura agradable y bien ventiladas.
- Siéntese o descanse con la cabeza elevada durante 1 hora después de comer.
- Planifique los mejores momentos para comer y beber.
- Relájese antes de cada tratamiento contra el cáncer.
- Vístase con ropa suelta y cómoda.
- Guarde un registro de cuándo siente náuseas y qué las causa.
- Hable con el médico sobre el uso de medicamentos contra las náuseas.

Vómitos

Las siguientes medidas tal vez ayuden a las personas con cáncer a controlar los vómitos:

- Evite consumir alimentos y bebidas hasta que deje de vomitar.

- Beba cantidades pequeñas de líquidos transparentes después de que pare el vómito.
- Cuando logre tomar líquidos transparentes sin vomitar, beba líquidos como sopas coladas o batidos que sean suaves para el estómago.
- Coma 5 o 6 platos pequeños de comida por día en lugar de 3 platos grandes.
- Siéntese derecho e inclínese hacia adelante después de vomitar.
- Pida al médico que le recete medicamentos para prevenir o controlar el vómito.

Boca seca

Las siguientes medidas tal vez ayuden a las personas con cáncer que tienen la boca seca:

- Consuma alimentos que sean fáciles de tragar.
- Humedezca los alimentos con salsa, jugo de carne o aderezo para ensaladas.
- Coma alimentos y bebidas que sean muy dulces o agrios como limonada, para estimular la producción de saliva.
- Mastique chicle o chupe dulces duros, helados de agua o trocitos de hielo.
- Beba sorbos de agua a lo largo del día.
- Evite todo tipo de bebida alcohólica, cerveza y vino.
- Evite los alimentos que le puedan herir la boca (como alimentos condimentados, agrios, salados, duros o crocantes).
- Humecte los labios con protector labial.
- Enjuáguese la boca cada 1 a 2 horas. No use enjuagues bucales con alcohol.

- Evite el consumo de productos de tabaco y la exposición pasiva al humo de tabaco.
- Pregunte al médico u odontólogo si puede usar saliva artificial u otros productos para recubrir, proteger y mantener húmedas la boca y la garganta.

Úlceras en la boca

Las siguientes medidas ayudan a las personas con cáncer que tienen llagas en la boca:

- Consuma alimentos blandos y fáciles de masticar, como licuados, huevos revueltos y natillas o cremas.
- Cocine los alimentos hasta que estén blandos y tiernos.
- Corte los alimentos en trozos pequeños. Use una licuadora o procesador de alimentos para suavizar los alimentos.
- Chupe trocitos de hielo para entumecer y aliviar la boca.
- Coma los alimentos fríos o a temperatura ambiente. Los alimentos calientes pueden herir la boca.
- Beba con un tubito plástico (pajilla, popote o sorbeto) para que los líquidos no pasen por las partes de la boca que le duelen.
- Use una cuchara pequeña para comer bocados más pequeños, que son más fáciles de masticar.
- Evite los siguientes alimentos:
 - Alimentos cítricos, como naranjas, limones y limas.
 - Comida picante.
 - Tomates y salsa de tomate.
 - Alimentos salados.

- Verduras crudas.
- Alimentos cortantes y crocantes.
- Bebidas alcohólicas.
- Evite el consumo de productos de tabaco.
- Revísese la boca todos los días para identificar úlceras, parches blancos o áreas inflamadas y rojas.
- Enjuáguese la boca 3 o 4 veces al día. Mezcle $\frac{1}{4}$ de cucharadita de bicarbonato de soda, $\frac{1}{8}$ de cucharadita de sal y 1 taza de agua tibia para usar como enjuague bucal. No use enjuagues bucales con alcohol.
- No use mondadientes u otros objetos afilados en la boca.

Cambios en el gusto

Las siguientes medidas tal vez ayuden a las personas con cáncer que tienen cambios en el gusto:

- Coma carne de ave, pescado, huevos y queso en lugar de carne roja.
- Añada especias y salsas a los alimentos (marine los alimentos).
- Coma la carne con algo dulce, como salsa de arándano, jalea o puré de manzana.
- Pruebe alimentos y bebidas ácidas.
- Use caramelos de limón sin azúcar, chicle o pastillas de menta si tiene un gusto metálico o amargo en la boca.
- Use utensilios de plástico y no beba directamente de recipientes metálicos si los alimentos tienen un sabor metálico.
- Pruebe comer sus alimentos favoritos si no siente náuseas. Pruebe alimentos nuevos en los momentos en que se sienta mejor.

- Busque recetas sin carne y ricas en proteínas de comida vegetariana o china.
- Mastique durante más tiempo para prolongar el contacto con las papilas gustativas si los alimentos son insípidos, pero no le resultan desagradables.
- Mantenga los alimentos y bebidas cubiertos, beba con un tubito plástico (pajilla, popote o sorbeto), prenda el extractor de olores mientras cocina o prepare los alimentos afuera si el olor le molesta.
- Cepíllese los dientes y cuídese la boca. Asista a las citas de revisión con el odontólogo.

Inflamación de garganta y dificultad para tragar

Las siguientes medidas tal vez ayuden a las personas con cáncer que tienen dolor de garganta y dificultad para tragar:

- Coma alimentos suaves que sean fáciles de masticar y tragar, como licuados o batidos, huevos revueltos, avena u otros cereales cocidos.
- Coma alimentos y bebidas ricos en proteínas y calorías.
- Humedezca los alimentos con jugo de carne, salsas, caldos o yogur.
- Evite los siguientes alimentos y bebidas que pueden quemar o dañar su garganta:
 - Alimentos y bebidas calientes.
 - Comida picante.
 - Alimentos y jugos con mucho ácido.
 - Alimentos cortantes y crocantes.
 - Bebidas alcohólicas.
- Cocine los alimentos hasta que estén blandos y tiernos.

- Corte los alimentos en trozos pequeños. Use una licuadora o procesador de alimentos para suavizar los alimentos.
- Beba con un tubito plástico (pajilla, popote o sorbeto).
- Coma 5 o 6 platos pequeños de comida por día en lugar de 3 platos grandes.
- Siéntese derecho e incline la cabeza un poco hacia adelante al beber o comer, permanezca erguido por lo menos 30 minutos después de comer.
- No use productos de tabaco.
- Hable con el médico sobre la alimentación por sonda si no es capaz de alimentarse lo suficiente como para permanecer fuerte.

Intolerancia a la lactosa

Las siguientes medidas tal vez ayuden a las personas con cáncer que tienen síntomas de intolerancia a la lactosa:

- Use productos lácteos sin lactosa o con bajo contenido de lactosa. La mayoría de los almacenes de alimentos venden productos (como leche y helado) etiquetados como "deslactosado", "sin lactosa" o "bajo en lactosa".
- Escoja productos lácteos con poca lactosa, como los quesos duros (por ejemplo, el cheddar) y el yogur.
- Pruebe productos elaborados con soja o arroz (como la leche de soja o la leche de arroz, y los postres congelados). Estos productos no tienen lactosa.
- Evite solo los productos lácteos que le ocasionen molestias. Consuma porciones pequeñas de productos lácteos que pueda tolerar, como leche, yogur o queso.
- Pruebe bebidas y alimentos sin lácteos, que estén enriquecidos con calcio.
- Coma vegetales ricos en calcio, como el brócoli y las verduras.

- Tome pastillas de lactasa cuando coma o beba productos lácteos. La lactasa descompone la lactosa para que sea más fácil de digerir.
- Prepare sus propios alimentos con poca lactosa o sin lactosa.

Aumento de peso

Las siguientes medidas tal vez ayuden a las personas con cáncer a prevenir el aumento de peso:

- Consuma muchas frutas y vegetales.
- Consuma alimentos ricos en fibra, como panes, cereales y pastas integrales.
- Escoja carnes magras, como la carne de res magra, la carne de cerdo sin grasa o la carne de aves (como pollo o pavo) sin piel.
- Escoja productos lácteos bajos en grasa.
- Coma menos grasa (ingiera solo cantidades pequeñas de mantequilla, mayonesa, postres y alimentos fritos).
- Cocine con métodos bajos en grasa como asar, cocinar al vapor, asar a la parrilla o a la brasa.
- Ingiera menos sal.
- Coma alimentos que disfrute y lo hagan sentir satisfecho.
- Coma solo cuando tenga hambre.
- Coma cantidades pequeñas de alimentos en cada comida.
- Haga ejercicio todos los días.
- Hable con el médico antes de iniciar un régimen de alimentación o dieta para perder peso.

Tipos de asistencia nutricional

PUNTOS IMPORTANTES

- La asistencia nutricional ayuda a las personas que no pueden comer o digerir los alimentos de manera normal.
- La asistencia nutricional se administra de diferentes maneras.
- Nutrición enteral
 - La nutrición enteral también se llama alimentación por sonda.
- Nutrición parenteral
 - La nutrición parenteral permite llevar los nutrientes directamente al torrente sanguíneo.
 - El catéter se coloca en una vena del tórax o el brazo.

Es mejor alimentarse por la boca siempre que sea posible. Hay quienes no son capaces de alimentarse bien por la boca debido a problemas causados por el cáncer o el tratamiento de la enfermedad.

La asistencia nutricional se administra de diferentes maneras.

Además de la orientación del especialista en nutrición y los cambios de alimentación, la terapia nutricional incluye bebidas con suplementos nutricionales y asistencia de nutrición enteral y parenteral. Las bebidas con suplementos nutricionales ayudan con la obtención de los nutrientes necesarios. Suministran energía, proteínas, grasas, carbohidratos, fibras, vitaminas y minerales. No están hechos para ser la única fuente de nutrición.

Cuando una persona no logra consumir por la boca la cantidad apropiada de calorías y nutrientes tal vez se le alimente mediante uno de los siguientes métodos:

- Nutrición enteral: los nutrientes se administran a través de una sonda que se coloca dentro del estómago o los intestinos.
- Nutrición parenteral: los nutrientes se infunden en el torrente sanguíneo.

CONCLUSIÓN

Como se pudo comprender, los pacientes con cáncer pueden presentar síntomas propios de la enfermedad y también síntomas desencadenados por el tratamiento, el aumentar la ingesta de calorías y alimentos con buen aporte de fibra, una alimentación balanceada en proteínas, carbohidratos, lípidos, vitaminas y minerales, al mismo tiempo la correcta ingesta de líquidos permitirá la mejora y mejoría de los síntomas, todo plan alimenticio debe ser personalizado y monitoreado.

BIBLIOGRAFÍA

- American Cancer Society's Healthy Eating Cookbook: A Celebration of Food, Friends, and Healthy Living. 3rd ed. Atlanta, GA: The American Cancer Society, 2005.
- Bloch A, Cassileth BR, Holmes MD, Thomson CA, eds.: Eating Well, Staying Well During and After Cancer. Atlanta, GA: American Cancer Society, 2004.
- Ghosh K, Carson L, and Cohen E: Betty Crocker's Living with Cancer Cookbook: Easy Recipes and Tips Through Treatment and Beyond. New York, NY: Hungry Minds, 2002.
- Weihofen DL, Robbins J, Sullivan PA: Easy-to-Swallow, Easy-to-Chew Cookbook: Over 150 Tasty and Nutritious Recipes for People Who Have Difficulty Swallowing. New York, NY: John Wiley & Sons, Inc., 2002.
- Wilson JR: I-Can't-Chew Cookbook: Delicious Soft Diet Recipes for People with Chewing, Swallowing, or Dry Mouth Disorders. Alameda, Calif: Hunter House Inc., 2003.