



cancer.org | 1.800.227.2345

estos casos, la diarrea puede ser un problema a largo plazo. Es recomendable evitar los alimentos que producen gases y las bebidas carbonatadas (con gas). También es importante tomar sorbos de líquido durante el día para prevenir la deshidratación.

Un sistema inmunitario debilitado debido al cáncer puede causar un mayor riesgo de infección, lo que también puede causar diarrea.

La diarrea que no se trata o no se controla bien puede resultar en una deshidratación y desnutrición.

Lo que el paciente puede hacer

Consulte con el equipo de profesionales médicos si se espera que tenga diarrea después de la cirugía o después de recibir algún tipo de tratamiento contra el cáncer o medicamento nuevo. Dependiendo de la causa de la diarrea, algunos de estos consejos pueden ser útiles para las personas con cáncer.

- Tan pronto empiece la diarrea, o cuando usted sienta que va a empezar, comience una dieta de líquidos claros (que incluya agua, té ligero, jugo de manzana, néctar de melocotón, caldos claros, paletas de hielo y gelatina simple). Evite los líquidos ácidos, como el jugo de tomate, jugos cítricos y bebidas carbonatadas.
- Tome medicamentos para la diarrea solo si son recetados y según lo indicado
- Lleve un registro de la cantidad y frecuencia de las evacuaciones.
- Incluya alimentos ricos en potasio (plátano, papas, albaricoques y bebidas hidratantes como Gatorade® o Powerade®). El potasio es un mineral importante que puede escasear con la diarrea.
- Beba y coma alimentos altos en sodio (sal), tales como caldos, sopas, bebidas deportivas, galletas y pretzels.
- Beba por lo menos una taza de líquido después de cada episodio de diarrea. Evite líquidos con cafeína. Intente con agua, bebidas deportivas o caldos.
- Conforme empiece a mejorar de la diarrea, trate de comer porciones pequeñas de alimentos que le sean fáciles de digerir, tales como arroz, plátano (guineo), puré de manzana, yogur, puré de papa, requesón bajo en grasa y pan tostado.
- Si continúa mejorando durante los siguientes dos días, empiece a incorporar comidas normales en porciones pequeñas.
- Use papel higiénico humedecido y toallitas húmedas para limpiarse y de este modo ayudar a aliviar el área anal

- Aplique en el área anal un ungüento repelente al agua, como el de la marca A&D o un ungüento con base de petróleo (vaselina).
- Evite la leche o los productos lácteos si parece que empeoran la diarrea. El yogur y el suero de la leche por lo general son permitidos.
- Evite la repostería, los dulces, los postres pesados, las mermeladas, jaleas y las conservas
- Evite los alimentos con alto contenido de grasa, como alimentos fritos o grasosos porque también pueden empeorar la diarrea
- No consuma alcohol o tabaco.
- Evite los alimentos ricos en fibra, los cuales podrían empeorar la diarrea, tales como las nueces, semillas, granos integrales, legumbres (habas), frutas secas, y frutas y verduras crudas.
- Evite las gomas de mascar (chicles), así como los dulces hechos con sustitutos del azúcar (como sorbitol, manitol o xilitol).

Lo que el cuidador del paciente puede hacer

- Asegúrese de que el paciente tome alrededor de tres litros de líquidos cada día.
- Consulte con el equipo de profesionales médicos sobre cuánta diarrea y por cuánto tiempo el paciente habrá de tenerla antes de llamar para informar del problema.
- Mantenga un registro de las evacuaciones, para ayudar a decidir cuándo hay que llamar al equipo de profesionales médicos.
- Pregunte antes de usar algún medicamento contra la diarrea que se pueda obtener sin receta.
- Inspeccione al área anal para ver si la piel está enrojecida, escamosa o desgarrada.

- Tiene sangre en las heces o alrededor del área anal.
- Tiene un cierto nivel de [fiebre](#)⁷ cuando se toma por vía oral, según lo indicado al comienzo del tratamiento.
- Tiene un dolor abdominal nuevo, calambres o inflamación en el vientre.
No orina durante 12 horas o más.

