



**cancer.org | 1.800.227.2345**

## **Pérdida de apetito**

El cáncer y su tratamiento pueden causar efectos que conducen a cambios en los hábitos alimentarios y el deseo de comer, incluyendo una pérdida de apetito.

La pérdida de apetito se denomina **anorexia**. Las personas que tienen muy poco apetito durante más de varios días suelen perder peso. Cuando se pierde peso debido a que no se come lo suficiente, a menudo la persona se siente débil y cansada. Esto puede afectar su calidad de vida y capacidad para realizar actividades habituales. También puede afectar la forma en que se responde a los tratamientos del cáncer.

### **¿Qué causa la pérdida de apetito?**

Las personas con cáncer pueden tener muchos factores que afectan su apetito, más comúnmente es el cáncer en sí y el tratamiento para combatir la enfermedad.

El cáncer en sí puede causar una pérdida de apetito por las siguientes razones.

- Si un tumor está en o alrededor de partes del tracto gastrointestinal (GI), puede interferir con la ingesta de alimentos, puede causar problemas para tragar, o hacer que una persona se sienta llena sin siquiera comer
- Algunos tumores liberan ciertos tipos de hormonas que afectan la forma en que el cuerpo reconoce que tiene hambre
- Cosas como el dolor, el estrés, la depresión, la deshidratación y las náuseas que podrían estar relacionadas con el propio cáncer pueden reducir el apetito de una persona

La cirugía y otros efectos secundarios relacionados con el tratamiento del cáncer pueden causar pérdida de apetito. Algunos de los efectos secundarios que pueden afectar el apetito son:



Estos son algunos consejos que pueden ayudar si usted está teniendo cambios en su apetito:

- Coma varias comidas pequeñas o bocadillos de forma frecuente durante el día, en lugar de tener tres comidas abundantes
- Para que no se llene rápidamente, evite tomar líquidos junto con las comidas, o dé pequeños sorbos mientras come (a menos que sea necesario para ayudarle a tragar o para la resequedad bucal). Pero recuerde que es importante mantenerse hidratado, por lo que podría ser mejor beber la mayoría de sus líquidos entre comidas.
- Disfrute más del comer al preparar la mesa con platillos preferidos, su música favorita o mientras ve televisión, o coma en compañía de otras personas
- Haga ejercicio tanto como pueda. Comience lentamente y con el tiempo incremente su nivel de actividad a medida que se fortalezca. A veces un corto paseo caminando alrededor de una hora antes de comer puede ayudarle a que sienta ganas de comer.

Tenga al alcance bocadillos con un alto contenido de calorías y proteínas. Trate





*Medicine*, 17th ed. New York: McGraw-Hill Medical, 2008.

Camp-Sorrell D, Hawkins RA. *Clinical Manual for the Oncology Advanced Practice Nurse*, Second Ed. Pittsburgh: Oncology Nursing Society, 2006.

Cope DG, Reb AM. *An Evidence-Based Approach to the Treatment and Care of the Older Adult with Cancer*. Pittsburgh: Oncology Nursing Society, 2006.

Houts PS, Bucher JA. *Caregiving*, Revised ed. Atlanta: American Cancer Society, 2003.

Kaplan M. *Understanding and Managing Oncologic Emergencies: A Resource for Nurses*. Pittsburgh: Oncology Nursing Society, 2006.

Kuebler KK, Berry PH, Heidrich DE. *End-of-Life Care: Clinical Practice Guidelines*. Philadelphia: W.B. Saunders Co. 2002.

National Comprehensive Cancer Network. *Palliative Care*. Version 1.2015. Accessed at [www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/palliative.pdf](http://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/palliative.pdf) on March 19, 2015.

Oncology Nursing Society. Cancer Symptoms. Accessed at [www.cancersymptoms.org](http://www.cancersymptoms.org) on April 3, 2013.

Ripamonti C, Bruera E. *Gastrointestinal Symptoms in Advanced Cancer Patients*. New York: Oxford University Press, 2002.

Varricchio CG. *A Cancer Source Book for Nurses*, 8th ed. Sudbury, MA: Jones and Bartlett, 2004.

Yarbro CH, Frogge MH, Goodman M. *Cancer Symptom Management*, 3rd ed. Sudbury, MA: Jones and Bartlett, 2004.

Última revisión médica completa: febrero 1, 2020 Actualización más reciente: febrero 1, 2020

La información médica de la La Sociedad Americana Contra El Cáncer está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor escriba a [permissionrequest@cancer.org](mailto:permissionrequest@cancer.org) (<mailto:permissionrequest@cancer.org>)<sup>1</sup>.