

Qué hacer con la Neuropatía periférica

What to Do for Peripheral Neuropathy - Spanish

La neuropatía periférica (también llamada NP, neuropatía, neuropatía periférica inducida por quimioterapia o CIPN, siglas en inglés) es un daño a los nervios que controlan las sensaciones y los movimientos de sus brazos, piernas, manos y pies. Algunos medicamentos de quimioterapia pueden causar neuropatía periférica.

Quizás no sea posible prevenir la CIPN; sin embargo, es importante que hable con su equipo de atención médica contra el cáncer ni bien note cualquiera de estas sensaciones en las manos o los pies:

- Hormigueo (o una sensación de “cosquilleo”)
- Sensación de ardor o calor
- Entumecimiento
- Debilidad
- Malestar o dolor
- Disminución en la capacidad para sentir el calor y el frío
- Calambres (en los pies)



¿Qué causa neuropatía en las personas con cáncer?

Ciertos tipos de medicamentos de quimioterapia pueden causar CIPN.

Cuándo aparecen los síntomas de la CIPN, y su gravedad, depende de la dosis de quimioterapia y la frecuencia con la que se administra. A menudo empeora a medida que avanza el tratamiento o si se aumentan las dosis.

También puede ser causada por:

- Otros tratamientos contra el cáncer, como cirugía o radiación
- Tumores que presionan los nervios
- Infecciones que afectan los nervios
- Lesiones de la médula espinal
- Diabetes
- Consumo de alcohol en exceso
- Herpes zóster
- Niveles bajos de vitamina B
- Algunos trastornos autoinmunes

- Infección por VIH (virus de inmunodeficiencia humana)
- Mala circulación (enfermedad vascular periférica)



Consejos para manejar la CIPN

Hasta ahora, no hay una manera segura de prevenir la CIPN. Es un problema común para algunas personas que puede durar semanas, meses o incluso años después de que se haya finalizado el tratamiento. Hay cosas que usted puede hacer para ayudar a manejar sus síntomas. Estas medidas se deben iniciar de inmediato para prevenir daños a largo plazo que tal vez no mejoren.

- Tome los analgésicos para la CIPN tal como se lo recetó su equipo de atención médica contra el cáncer. La mayoría de los analgésicos surten más efecto si se toman antes de que el dolor empeore.
- Prevenga lesiones y evite cosas que parezcan empeorar sus síntomas, como tocar objetos fríos o calientes con las manos sin guantes y con los pies descalzos o usar ropa o zapatos demasiado ajustados.
- Si tiene diabetes, controle su nivel de azúcar en la sangre para ayudar a prevenir un mayor daño a los nervios.
- Si tiene CIPN en las manos, tenga mucho cuidado al usar cuchillos, tijeras, navajas y otros objetos filosos. Úselos solo cuando pueda concentrarse por completo en su tarea.
- Proteja sus manos mediante el uso de guantes al hacer labores de limpieza, jardinería o reparaciones en el hogar.
- Cuide sus pies. Revíselos una vez al día para ver si tienen alguna lesión o llaga abierta.
- Siempre use calzado que cubra todo su pie al caminar, incluso en el hogar. Hable con su equipo de atención

médica contra el cáncer sobre zapatos o plantillas especiales que pueden ayudar a proteger sus pies.

- Asegúrese de tener siempre maneras de sostenerse si tiene riesgo de tropezarse cuando camina. Los pasamanos en los pasillos y baños pueden ayudarle a mantener el equilibrio. Un andador o un bastón pueden brindarle apoyo adicional.
- Use luces nocturnas o linternas al levantarse en la oscuridad.
- Protéjase de las lesiones por calor. Coloque los calentadores de agua caliente entre 105 °F (40.6 °C) y 120°F (48.9 °C) para reducir el riesgo de quemaduras mientras se lava las manos.
- Use guantes para horno y agarraderas cuando manipula platos, parrillas o cacerolas calientes.
- Si se baña, verifique la temperatura del agua con un termómetro.
- Evite el alcohol. Puede empeorar la CIPN.



Tratamiento

El tratamiento principalmente se administra para aliviar el dolor que puede presentarse con la CIPN. Los investigadores están analizando qué medicamentos surten mejor

efecto para aliviar este tipo de dolor. Puede que sea necesario realizar más de un intento o un tipo de tratamiento para descubrir lo que funciona mejor para usted.

Algunos de los medicamentos y otros tratamientos que se pueden recetar incluyen:

- Su equipo de atención médica contra el cáncer puede suspender temporalmente la quimioterapia o ajustar su dosis de quimioterapia si la CIPN se vuelve demasiado molesta o grave.

- Esteroides, pero solo por un periodo corto de tiempo hasta que se establezca un plan de tratamiento a largo plazo
- Parches o cremas con anestésicos que se pueden colocar justo sobre el área dolorida (por ejemplo, parches de lidocaína o crema de capsaicina)
- Medicamentos antidepresivos, a menudo en dosis más pequeñas que las que se usan para tratar la depresión
- Medicamentos anticonvulsivos, los cuales se usan para aliviar otros tipos de dolor neuropático
- Opioides o narcóticos, para cuando el dolor es severo
- Los estudios clínicos pueden ayudar a los investigadores a descubrir más sobre lo que ayuda. Hable con su equipo de atención médica contra el cáncer si le interesa encontrar un estudio clínico
- Otros tratamientos, como la estimulación nerviosa eléctrica, la fisioterapia o la terapia ocupacional, la terapia de relajación o la acupuntura, son algunas formas de aliviar el dolor neuropático

Es importante trabajar en colaboración estrecha con su equipo de atención médica contra el cáncer para manejar la neuropatía periférica causada por la quimioterapia.



Hable con su equipo de atención médica contra el cáncer.

Informe a su equipo de atención médica contra el cáncer sobre los cambios en la neuropatía que está experimentando. Avíseles cuando note los cambios, con qué cosas tiene problemas o cosas que empeoran o mejoran los cambios.



Para obtener información y respuestas sobre el cáncer, visite el sitio web de la Sociedad Americana Contra El Cáncer en cancer.org/es o llámenos al **1-800-227-2345**. Estamos aquí cuando usted nos necesite.

