

Introducción

Esta guía se ha concebido para que la persona que ha de empezar un tratamiento oncológico, tanto si es de quimioterapia como de radioterapia, pueda consultar de forma rápida y sencilla una serie de consejos y recomendaciones específicas dietéticas-nutricionales.

Lo más importante es conseguir una buena nutrición y que el hecho de comer continúe siendo una actividad agradable de la vida.

Los pacientes oncológicos que siguen una nutrición adecuada se encuentran mejor y presentan menos complicaciones. Una dieta saludable (equilibrada, variada y suficiente) ayuda a sentirse más fuerte, facilita una mejor tolerancia y eficacia de los tratamientos y mejora el funcionamiento general del cuerpo.

Índice

1. Consejos generales
2. Consejos para el día del tratamiento con quimioterapia
3. Consejos para los dos/tres días posteriores al tratamiento con quimioterapia
 - 3.1. Ejemplo de menú
4. Recomendaciones dietéticas para el control de las complicaciones asociadas al tratamiento con quimioterapia y/o radioterapia
 - 4.1. Pérdida del apetito
 - 4.2. Náuseas y vómitos
 - 4.3. Diarreas
 - 4.4. Estreñimiento
 - 4.5. Sequedad de boca (xerostomía)
 - 4.6. Dificultades para tragar los alimentos sólidos (disfagia a sólidos)
 - 4.7. Dificultades para tragar los alimentos líquidos (disfagia a líquidos)
 - 4.8. Inflamación de la mucosa de la boca (mucositis oral)
 - 4.9. Alteración de los sabores (disgeusia)
5. Suplementos nutricionales