

“Es bueno saber que este capítulo le explica al paciente qué esperar durante el proceso de trasplante e identifica acontecimientos importantes”.

— Sobreviviente de trasplante de médula ósea y sangre

CAPÍTULO 7



**Cómo se prepara el cuerpo para recibir el trasplante
(el régimen de acondicionamiento)**

Quimioterapia

Radioterapia

CAPÍTULO 7

Cómo se prepara el cuerpo para recibir el trasplante

Antes de poder recibir las nuevas células, su médico creará un “régimen de acondicionamiento” personalizado según su enfermedad específica, el origen de las células y su capacidad para tolerar el tratamiento. Esto incluirá quimioterapia y, en algunos casos, radiación. Por lo general, este régimen se administra una o dos semanas antes de recibir las células.

En algunos pacientes, el acondicionamiento es creado para tratar la enfermedad y eliminar la médula ósea existente de este modo recibirá las nuevas células necesarias para “regenerar” el sistema inmunitario, que incluye glóbulos blancos, rojos y plaquetas. En otros pacientes (en especial aquellos que reciben células de un donante y aquellos cuya edad y otras afecciones no les permiten tolerar altas dosis de quimioterapia o radiación), el acondicionamiento es de baja intensidad y reduce la actividad del sistema inmunitario del paciente solo en el grado necesario para que las células donadas puedan crecer. Su médico analizará con usted el régimen que más le convenga.

Quimioterapia

La quimioterapia es un grupo de medicamentos contra el cáncer que impide el crecimiento de las células cancerosas. Su médico elegirá el tipo de tratamiento de quimioterapia más apropiado para usted de acuerdo con sus necesidades y su afección en particular.

La quimioterapia puede administrarse de modo oral (pastillas) o por vía intravenosa (por una vena) y puede combinarse con radioterapia en su régimen de tratamiento. En general, en los trasplantes, se utiliza una quimioterapia de acondicionamiento (combinaciones de varios agentes de quimioterapia en dosis muy elevadas) para impedir el crecimiento de las células cancerosas y del sistema inmunitario a fin de preparar el cuerpo para aceptar las células madre.

Efectos secundarios de la quimioterapia

La quimioterapia destruye rápidamente las células que se dividen. Hay muchos tipos de células que se dividen rápidamente en el cuerpo, por ejemplo las del cabello, las membranas mucosas, la médula ósea y las células cancerosas. Los efectos secundarios de la quimioterapia son consecuencia de la acción de los medicamentos en estas células que se dividen con rapidez. Los efectos secundarios que experimenta cada paciente pueden ser únicos, y los médicos y enfermeros garantizarán que se tomen las medidas apropiadas para reducir al mínimo las molestias que usted pueda tener.

Algunos de los efectos secundarios comunes posibles son:

- | | |
|--------------------------|--|
| Náuseas y vómitos | El médico recetará medicamentos para ayudar a controlar las náuseas y los vómitos. |
| Diarrea | Existen medicamentos que su médico le recetará para disminuir/aliviar la diarrea.
Es posible que se le administren líquidos por medio de la vena para reemplazar los líquidos que se pierdan como consecuencia de la diarrea. |

	<p>Asegúrese de limpiar bien la zona anal después de cada defecación para prevenir roturas de la piel, inflamación e infecciones. Si tiene dolor en la zona anal debe informarle a su enfermero.</p>
Pérdida del apetito	<p>La buena nutrición es importante durante el trasplante. La nutrición puede mantenerse por vía intravenosa por medio de la nutrición parenteral total (TPN, por sus siglas en inglés), una solución con un alto contenido de calorías y proteínas, en caso de que usted pierda el apetito.</p>
Pérdida del cabello	<p>Una o dos semanas después de la quimioterapia, perderá cabello del cuero cabelludo y del cuerpo. Algunas personas se cortan el cabello bien corto o se afeitan la cabeza para que la transición sea un poco más fácil.</p> <p>La pérdida de cabello de la cabeza, la cara o del cuerpo no es fácil de aceptar y puede requerir un ajuste emocional. A veces es posible que se sienta enojado o deprimido por perder el cabello. Esas emociones no están mal ni son inusuales; es posible que se sienta mejor si habla del tema.</p> <p>Si cree que se sentirá mejor si se cubre la cabeza, puede usar pañuelos, gorras, turbantes y pelucas. Podemos remitirle a nuestro centro de imagen positiva (Positive Image CenterSM), donde un especialista le ayudará con sus necesidades personales.</p>
Reacciones en la piel	<p>Existe una variedad de reacciones en la piel que pueden ocurrir como consecuencia de la quimioterapia y/o radioterapia.</p> <p>Si la piel se le seca demasiado, siga las instrucciones de su equipo de atención médica.</p> <p>Varios medicamentos pueden producir manchas oscuras o que la piel se ponga áspera. Pueden aparecer en las manos, el rostro, los codos y en los pliegues de la piel.</p> <p>La quimioterapia también puede producir un tipo de reacción similar a las quemaduras del sol, la piel se vuelve roja y tiende a descamarse. Es posible que las palmas de las manos y las plantas de los pies se vuelvan especialmente sensibles. Es posible que el equipo de atención médica le recete una crema o loción para mantener estas zonas humectadas y aliviar las molestias.</p>
Llagas en la boca	<p>El tejido de la boca es susceptible a las infecciones durante un trasplante, por lo tanto, un buen cuidado de la boca es importante. Deberá realizar una higiene especial de la boca mientras esté en el hospital.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Lávese los dientes al menos dos veces al día con un cepillo de dientes ultra suave. Si le resulta difícil usar un cepillo de dientes ultra suave, pruebe con un cepillo de esponja (toothete) embebido en clorhexidina sin alcohol. Deje que el cepillo se seque al aire libre antes de guardarlo. Cambie su cepillo de dientes cada semana. b. Los pacientes que usaban hilo dental antes del trasplante deben seguir usándolo al menos una vez al día, siempre y cuando el recuento de plaquetas sea mayor que 50,000 mCL

- y no se produzca sangrado. Los pacientes que no usan hilo dental habitualmente no deben usarlo mientras estén mielodeprimidos.
- c. Enjuáguese la boca al menos 4 veces al día con un enjuague bucal suave.
 - d. No use enjuagues bucales con fenol, astringentes o alcohol.
 - e. Evite el tabaco, el alcohol y los alimentos que producen irritación como comidas ácidas, picantes, crocantes o muy condimentadas.
 - f. Utilice humectantes a base de agua o cera (no vaselina) para proteger los labios.
 - g. Mantenga un nivel adecuado de líquidos en el cuerpo: no se deshidrate

Es posible que la boca se ponga roja y sensible y que las encías sangren o que tenga manchas blancas en la boca. Avise a su médico y enfermeros si tiene alguno de estos síntomas. Existen medicamentos para controlar el dolor de la boca y la garganta, si fuera necesario.

Cansancio

Es muy común sentirse débil y cansado después de la quimioterapia.

Muchos de los medicamentos del trasplante y los recuentos bajos pueden hacerle sentir cansancio.

Escuche a su cuerpo y descanse cuando sienta la necesidad de hacerlo. Con el tiempo, la fatiga desaparecerá.

Mantener las actividades cotidianas mientras está en el hospital ayuda a reducir la fatiga.

Qué puede hacer para combatir los efectos secundarios

Recuerde que hay medidas simples que usted puede tomar para manejar los efectos secundarios de la quimioterapia.

- Lea las tarjetas que explican los efectos de la quimioterapia y cómo afrontarlos (las "Barrier Cards"). Pídale al enfermero que le dé su propio juego de tarjetas. Estas tarjetas no solo explican todos los efectos secundarios de la quimioterapia, sino que también ofrecen sugerencias para controlarlos.
- Beba al menos de dos a tres cuartos de galón de líquido cada 24 horas, a menos que le indiquen lo contrario.
- Para disminuir las náuseas, tome los medicamentos contra las náuseas que le indique el médico y realice comidas pequeñas y frecuentes. El objetivo es mantener una buena nutrición.
- Usted tiene riesgo de contraer infecciones, por lo tanto, evite las muchedumbres, a las personas resfriadas o que no se sientan bien, y notifique inmediatamente a su proveedor de salud si tiene fiebre u otros signos de infección.
- Para reducir las posibilidades de contraer infecciones, usted y su familia deben lavarse las manos con frecuencia.

- Para evitar/tratar las llagas en la boca, use un cepillo de dientes suave y enjuáguese la boca 3 veces al día con una solución de 8 onzas de agua y entre 1/2 y 1 cucharadita de bicarbonato de sodio o de sal. También puede serle útil un enjuague bucal sin alcohol como Biotene®.
- Para reducir el riesgo de cortes o sangrado, use una afeitadora eléctrica
- Evite exponerse al sol. Use protector solar con factor de protección solar 15 o superior y ropa protectora.
- En términos generales, el consumo de bebidas alcohólicas debe reducirse al mínimo o evitarse por completo. Hable sobre el consumo de alcohol con su médico.
- Duerma mucho. Notifique al equipo médico si tiene problemas para dormir.
- Si su médico lo autoriza, realice actividad física regularmente. Sin embargo, debe evitar los deportes de contacto o las actividades donde podría lesionarse.
- Si tiene síntomas o efectos secundarios como consecuencia de su tratamiento, asegúrese de comentárselos al equipo de atención médica. Le pueden recetar medicamentos u ofrecer sugerencias eficaces para manejar esos problemas.
- El Centro Telefónico para Evaluación Atendido por Enfermeros (Nursing Triage Call Center) de City of Hope cuenta con personal las 24 horas del día que puede responder cualquier pregunta que no sea de emergencia sobre tratamiento o cuidado personal.

Radioterapia

La radioterapia puede usarse en combinación con la quimioterapia como parte de la preparación para el trasplante de células madre. En el tratamiento de irradiación total del cuerpo (TBI, por sus siglas en inglés), se administra radiación para destruir las células cancerosas que pudieran quedar y para suprimir el sistema inmunitario a fin de impedir el rechazo del injerto de la médula ósea nueva (células madre). Durante este proceso, se protegerán los órganos vitales. Los tratamientos no son dolorosos, y usted no sentirá nada extraño mientras la máquina funciona.

Los efectos secundarios inmediatos pueden ser náuseas, vómitos, disminución del apetito, diarrea y fatiga. La piel expuesta a la radioterapia puede enrojecerse un poco y estar caliente, como en el caso de una quemadura de sol. Otros efectos secundarios pueden ser llagas en la boca y la garganta y la disminución de la cantidad de glóbulos blancos. Los efectos secundarios tardíos de la radioterapia pueden ser esterilidad, formación de cataratas y problemas pulmonares.

La irradiación total del cuerpo se aplica en pequeñas dosis, dos o tres veces al día cada cuatro a seis horas aproximadamente. Todas las mañanas, antes de recibir la radiación, se le darán medicamentos para disminuir la posibilidad de náuseas y vómitos. El personal de City of Hope le acompañará al departamento de radiación. Usted recibirá el tratamiento de radioterapia mientras está de pie. Cada cita dura unos 30 minutos, a pesar de que el tratamiento en sí es de aproximadamente 10 minutos.

Se recomienda que traiga música relajante. El departamento le dará un reproductor de música, que podrá utilizar mientras recibe el tratamiento.