



cancer.org | 1.800.227.2345

Calambres en las piernas

El cáncer y su tratamiento pueden causar problemas que conducen a que los pacientes presenten calambres en las piernas y otros tipos de calambres musculares. Los calambres o espasmos en las piernas son contracciones (endurecimientos) dolorosas de los músculos de la pierna, el tobillo o el pie. Pero es importante saber que otras afecciones y medicamentos no relacionados con el cáncer también pueden causar problemas que podrían provocar calambres en las piernas.

Algunas posibles causas de calambres en las piernas en personas que tienen cáncer son:

- Ciertos medicamentos de quimioterapia, terapia dirigida e inmunoterapia
- Radioterapia a las extremidades inferiores (caderas, piernas, etc.)
- Algunos medicamentos hormonales (tamoxifeno o raloxifeno)
- Medicamentos para tratar la pérdida de densidad ósea
- Tumores que comienzan en un músculo o presionan sobre un músculo
- Tener demasiados glóbulos blancos o tratamiento que se administra debido a que hay muy pocos glóbulos blancos
- Permanecer en la cama o estar inactivo durante más tiempo de lo habitual
- Uso excesivo de ciertos músculos
- Cambios en la temperatura que le rodea
- Neuropatía periférica u otro daño a los nervios
- Deshidratación
- Cambios en los niveles de electrolitos (química sanguínea), especialmente fósforo, calcio, glucosa (azúcar) o potasio
- Problemas de salud no canceroso

¿A qué debe prestar atención?

- Dolor repentino o molestia en una pierna o un pie, así como una sensación de tirantez (endurecimiento) o rigidez muscular
- Dificultad para mover el pie, o dolor al mover el pie o la pierna
- Cambios en la calidad del sueño si los calambres en las piernas ocurren por la noche

Cómo manejar los calambres en las piernas

Su equipo de atención médica puede crear un plan para ayudar a mejorar el sueño y controlar los calambres en las piernas. Una manera de controlar los calambres severos o frecuentes en las piernas es con un relajante muscular que puede ser recetado por su médico temporalmente.

¿Qué puede hacer el paciente?

- Informe a su equipo de atención médica sobre cualquier calambre en las piernas. Es posible que puedan darle medicamentos para ayudar a prevenirlos o reducirlos, o para controlar el dolor que causan los calambres.
- Pregunte a su equipo de atención médica si puede aplicarse calor o frío en las piernas acalambradas. Pida que le indiquen qué tipo de calor o frío es mejor usar y cuánto tiempo debe usarlo.
- Manténgase abrigado y cambie de postura con frecuencia
- Si no puede levantarse de la cama, intente mantener las cobijas levantadas usando un soporte elevador de mantas para proteger las piernas y los pies del peso de las frazadas (cobijas). Este soporte se coloca al extremo de la cama para mantener levantadas las frazadas (cobijas) o colchas y las sábanas.
- Ejercite sus piernas en la cama flexionándolas y estirándolas varias veces durante todo el día. Su cuidador (o una persona cercana) puede ayudarle a mover sus piernas si usted no puede hacerlo.
- Los ejercicios suaves de estiramiento antes de acostarse pueden ser útiles para evitar los calambres en los músculos.
- Si su equipo de atención médica lo aprueba, aplique masaje en la pierna.
- Cuando tenga un calambre, siéntese en postura recta o póngase de pie para

estirar el músculo tenso tanto como pueda sin lastimarlo. Por ejemplo, para un músculo de la pantorrilla, trate de apuntar con los dedos de los pies hacia arriba, en dirección a las rodillas, o de caminar un poco.

- Siga las instrucciones de su equipo de atención médica para corregir la deshidratación o el desequilibrio de los niveles de calcio, potasio o fósforo en la sangre.

¿Qué puede hacer el cuidador del paciente?

- Ayude al paciente a estirar suavemente el músculo tenso si él/ella no puede hacerlo
- Si el equipo de atención médica lo aprueba y dependiendo de cuál proporcione más comodidad, use calor, hielo, o un paño frío para frotar suavemente el músculo acalambrado.
- Si se recetan medicamentos para prevenir los calambres, asegúrese de que se toman según las instrucciones y esté atento a los mareos o tropiezos.

Llame al equipo de atención médica si el paciente

- Tiene una pierna acalambrada que se enrojece, hincha, endurece, calienta o se vuelve sensible.
- Si el paciente tiene dolor en el pecho, el brazo, la espalda, el hombro o la mandíbula, tos repentina, aumento de la frecuencia cardíaca o sensación de mareo, puede ser un problema que requiere atención urgente y es posible que deba acudir inmediatamente a la sala de urgencias del hospital más cercano.
- Presenta calambres que no se alivian con frío, calor, masaje o estiramiento del músculo acalambrado (como se describió anteriormente)
- Siente calambres que continúan durante más de 6 a 8 horas

Hyperlinks

1. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Referencias

Anonymous. Patient Notes from Postgraduate Medicine Online: Nocturnal Leg Cramps. Vol III, (2) 2002. Accessed at www.postgradmed.com/issues/2002/02_02/pn_legcramps.htm. on September 13, 2004.

Fauci AS, Braunwald E, Kasper DL, et al (Eds). *Harrison's Principles of Internal 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 on March 19, 2015.

Oncology Nursing Society. Cancer Symptoms. Accessed at 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.

Referencias

Anonymous. Patient Notes from Postgraduate Medicine Online: Nocturnal Leg Cramps. Vol III, (2) 2002. Accessed at www.postgradmed.com/issues/2002/02_02/pn_legcramps.htm. on September 13, 2004.

Fauci AS, Braunwald E, Kasper DL, et al (Eds). *Harrison's Principles of Internal 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 on March 19, 2015.

Oncology Nursing Society. Cancer Symptoms. Accessed at 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>)¹.

cancer.org | 1.800.227.2345