



cancer.org | 1.800.227.2345

Manejo del dolor causado por el cáncer en el hogar

Para controlar el dolor, se necesita un plan personal que sea eficaz para el paciente y su familia.

Cuando las personas indican sentir dolor, generalmente significa que una parte de su cuerpo está experimentando una dolencia o malestar. Sin embargo, también puede significar que no se sienten bien. Pueden sentir un malestar general y no en un lugar específico. El dolor puede empeorar si la persona está [ansiosa, triste o deprimida](#)¹. Algunas personas tienen dificultad para hablar sobre su dolor. Es importante que le informe al equipo que atiende el cáncer sobre cualquier dolor que sienta y que lo describa de la mejor manera posible.

El dolor puede controlarse en la mayoría de las personas con cáncer

Aún el dolor intenso puede controlarse bien mediante combinaciones de medicamentos orales. Los medicamentos contra el dolor son más eficaces si se suministran en un horario establecido antes de que el dolor empeore. Usted querrá tratar el dolor cuando se inicia por primera vez y regularmente después de eso. Si la causa del dolor puede ser tratada con otros métodos, la necesidad para el medicamento lentamente disminuirá o desaparecerá a medida que recibe tratamiento para la causa.

El control del dolor puede mejorar la calidad de vida

Si experimenta [dolor a causa del cáncer](#)² que se ha propagado, u otro tipo de dolor debido al cáncer durante periodos prolongados, esto puede ser extenuante. Este tipo de dolor puede impedirle hacer las cosas que usted quiere o necesita hacer. Aunque el dolor por cáncer no siempre se alivia completamente, hay maneras de reducir su

intensidad para que usted pueda realizar muchas de sus actividades cotidianas.

Incluso con los medicamentos contra el dolor que se suministran las veinticuatro horas, el dolor a menudo reaparece entre las dosis. Por lo general, el dolor intercurrente requiere de un segundo medicamento que usted puede tomar con seguridad además del medicamento contra el dolor que toma de forma habitual. No se sorprenda si se requiere de más de dos medicamentos para controlar su dolor. Siempre informe al equipo de atención médica sobre el grado de control de su dolor para que los medicamentos y las dosis se puedan ajustar según sea necesario.

Preste atención a:

- Dolor que no parece aliviarse, o que se alivia pero regresa antes de que sea hora de recibir la próxima dosis de medicamento (esto puede indicar que es necesario cambiar su plan de medicamentos)
- Problemas para dormir
- Falta de interés en las cosas que solían ser de su agrado
- Nuevas áreas de dolor o un cambio en el dolor
- Menos movilidad y capacidad para hacer cosas

Lo que el paciente con cáncer puede hacer

- Hable con el equipo que atiende el cáncer sobre su dolor: en dónde se presenta, cuándo comienza, cuánto dura, cómo se siente, qué lo alivia, qué lo empeora y qué tanto afecta su vida.
- Si los medicamentos contra el dolor recetados no funcionan como se espera, infórmelo al equipo que atiende el cáncer.
- Evalúe la intensidad de su dolor según una escala de evaluación del dolor, en la que 0 significa que no tiene dolor y 10 representa el dolor más intenso. Esto le ayudará a describir su dolor a otras personas.
- Asegúrese de tomar el medicamento tal como se le indicó. (Para el dolor crónico, los medicamentos deben suministrarse puntualmente bajo un horario en vez de tomarse sólo cuando el dolor es severo). Consulte al equipo que atiende el cáncer si cree que este horario deba modificarse.
- Conforme se alivie el dolor con los medicamentos, aumente su nivel de actividad física.
- No espere a que el dolor sea severo para tomar el otro medicamento destinado

para el dolor intercurrente (el que surge inesperadamente entre las dosis que toma para el dolor habitual).

- Evite descontinuar cualquiera de sus medicamentos de forma repentina, en su lugar, reduzca la dosis gradualmente conforme disminuya el dolor. Pregunte al equipo que atiende el cáncer antes de hacer esto, o si tiene alguna pregunta.
- Algunas personas sienten náuseas incluso al estar tomando la dosis correcta del medicamento contra el dolor. Si el medicamento le causa malestar, pregunte al equipo que atiende el cáncer si es posible cambiarlo o tratar alguna medicina para controlar la náusea.
- Algunos medicamentos contra el dolor causan somnolencia o mareos. Comúnmente esto se alivia tras algunos días, pero quizás requiera de ayuda para levantarse o caminar. No intente conducir o hacer cualquier actividad que pueda ser peligrosa hasta que sienta seguridad de los efectos.
- A la gente que recibe medicamentos contra el dolor por lo general se les dan laxantes o ablandadores de materia fecal para prevenir el estreñimiento, que es un efecto secundario común.
- Mantenga un registro de cualquier otro efecto secundario que note. Hable de ello con el equipo que atiende el cáncer.
- No triture o parta sus pastillas a menos que lo consulte con el equipo que atiende el cáncer. Si el ingrediente activo en el medicamento se libera de forma gradual, tomar pastillas partidas puede ser peligroso.
- Si los medicamentos no mantienen el dolor bajo control, pregunte al equipo que atiende el cáncer sobre tomar otras medidas. Si aún persisten las molestias, solicite ver a un especialista del dolor.
- Tenga a la mano un suministro de medicamentos contra el dolor que le dure al menos toda una semana. La mayoría de las recetas de medicinas contra el dolor no pueden resurtirse por teléfono, por lo que requerirá una receta por escrito.

Lo que puede hacer el cuidador del paciente

- Esté atento a señales de dolor en el paciente. Pregunte sobre el dolor si el paciente hace muecas, tiene quejidos, tensión o se resiste a cambiar de postura al estar acostado.
- Intente baños con agua tibia o aplicar paños humedecidos con agua tibia sobre las áreas adoloridas (evite las áreas en donde la radioterapia fue aplicada). Si esto no ayuda, puede intentar con hielo o paquetes fríos. El masaje suave aplicando

- presión ligera y cuidadosamente puede ayudar con algunos tipos de dolor.
- Esté pendiente a [confusión](#)³ y mareos, especialmente tras comenzar con un medicamento nuevo o al cambiar la dosis. Ayude al paciente a caminar hasta que compruebe que pueda hacerlo con seguridad por sí solo.
 - Sugiera actividades placenteras para distraer al paciente.
 - Planee actividades para cuando el paciente esté lo más despierto y sienta la mayor comodidad.
 - Ofrezca suficientes líquidos y alimentos ricos en fibra.
 - Si el paciente muestra ser olvidadizo, ayúdele a rastrear cuándo se finaliza el efecto del medicamento y así evitar una sobredosis o una dosis insuficiente.
 - Ayude recordando al paciente que tome ablandadores de heces fecales o laxantes para prevenir el [estreñimiento](#)⁴
 - Si el paciente experimenta problemas para tomar pastillas, pregunte al equipo de atención médica contra el cáncer sobre medicamentos en forma líquida, grageas, supositorios, parches para la piel o en otras formas.
 - Consulte con el equipo que atiende el cáncer antes de triturar o disolver pastillas de analgésicos para facilitar su deglución por el paciente. Algunas pastillas pueden causar una sobredosis peligrosa al ser partidas.
 - Hable con el equipo que atiende el cáncer para que entienda cuáles medicinas son contra el dolor y cómo se administra cada una de ellas.
 - Asegúrese de que el paciente cuente con una lista de todos los medicamentos que esté tomando, incluyendo los medicamentos contra el dolor.
 - Si usted ayuda al paciente a usar los parches contra el dolor, asegúrese de saber cómo evitar el contacto con la parte que tiene el medicamento del dolor, y cómo desechar con seguridad los parches usados.
 - Mantenga los medicamentos contra el dolor alejados de otros, especialmente de niños y mascotas.
 - Si atiende a alguien que padece dolor, planifique tiempo para usted mismo incluyendo las actividades que más disfrute. Un grupo de apoyo para los familiares puede resultar útil.

Llame al equipo que atiende el cáncer si el paciente:

- Presenta dolor nuevo o empeora el que ya tenía
- No puede tomar nada por la boca, incluyendo los medicamentos contra el dolor
- No obtiene alivio para su dolor o el alivio no perdura lo suficiente
- Tiene dificultad para despertarse, o si usted tiene problemas para mantenerlo

despierto

- Tiene [estreñimiento](#)⁵, [náuseas](#)⁶ o [confusión](#)⁷
- Tiene cualquier duda sobre cómo tomar los medicamentos
- Presenta nuevos síntomas como no poder caminar, comer u orinar

Hyperlinks

1. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/efectos-secundarios-emocionales.html
2. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/dolor.html
3. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/cambios-psicoemocionales/confusion.html
4. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/cambios-urniarios-y-de-excrecion/estrenimiento.html
5. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/cambios-urniarios-y-de-excrecion/estrenimiento.html
6. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/nauseas-y-vomito/que-son-nauseas-y-vomitos.html
7. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/cambios-psicoemocionales/confusion.html
8. <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

American Cancer Society. *American Cancer Society's Guide to Pain Control: Understanding and Managing Cancer Pain*, Revised ed. American Cancer Society: Atlanta, 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.

Actualización más reciente: enero 3, 2019

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>)⁸.

cancer.org | 1.800.227.2345