



[cancer.org](https://www.cancer.org) | 1.800.227.2345

Sofocos y sudoración

¿Qué son los sofocos y la sudoración?

Obtenga información sobre qué debe esperar si su tratamiento puede causar sudoración o sofocos.

Cómo manejar los sofocos y la sudoración

Aprenda qué puede hacer para ayudar a controlar y a sobrellevar los sofocos y la sudoración.

¿Qué son los sofocos y la sudoración?

En las personas con cáncer, ciertas condiciones y medicamentos pueden causar sudoración, sofocos (bochornos) o sudores nocturnos. Estos ocurren cuando el cuerpo trata de bajar su temperatura. Puede suceder incluso cuando el área a su alrededor o la sala en la que se encuentra está fresca.

- **La sudoración** también se conoce como transpiración. El sudor o la transpiración, es el líquido creado por las glándulas sudoríparas en el cuerpo cuando se libera calor por medio de la piel.
- **Los sofocos** pueden causar sudoración que puede variar de leve a excesiva. A veces se llaman bochornos.
- Los **sudores nocturnos** son sudoraciones y sofocos que generalmente ocurren cuando está durmiendo.

Sudoración

El sudor es la manera en que el cuerpo baja su temperatura. Generalmente ocurre cuando el cuerpo está expuesto al calor, después del ejercicio, debido a cambios hormonales o cuando las personas se sienten ansiosas y estresadas. Si está enfermo, tener fiebre también puede causar sudoración. En las personas con cáncer, la sudoración también puede ser causada por fiebre, un tumor o el tratamiento contra el cáncer.

Sofocos (bochornos)

Los sofocos implican sudoración, pero pueden describirse como una sensación de calor o sofocos. Pueden incluir enrojecimiento en el rostro o pueden describirse como calor en otras áreas del cuerpo. Las personas que tienen sofocos los describen como una sensación que va desde una sensación de calor con un sudor leve hasta tener escalofríos y suficiente transpiración para empapar su ropa o ropa de cama. Si los sofocos son de moderados a severos, a veces también podría tener problemas para dormir y cansancio.

A menudo, los sofocos normalmente ocurren en las mujeres debido a los cambios hormonales durante la menopausia. En las mujeres que reciben tratamiento con terapia hormonal para el cáncer de seno, los sofocos pueden tener una gravedad diferente y pueden ser duraderos.

Los sofocos también pueden ocurrir en las mujeres que reciben tratamiento para otros tipos de cáncer con métodos que se sabe que causan efectos secundarios como menopausia temprana o cambios hormonales temporales. Los sofocos pueden ser temporales o duraderos dependiendo del tratamientos que se administre.

Los hombres que reciben tratamiento para el cáncer de próstata que se someten a cirugía y a terapia de supresión de andrógenos pueden tener sofocos por un periodo de tiempo que eventualmente pueden desaparecer. Si su plan de tratamiento incluye alguno de estos tratamientos o si está teniendo sofocos, hable con su equipo de atención médica para que puedan evaluar su situación específica.

¿A qué debe prestar atención?

- Sentir un calor inusual en una o más áreas del cuerpo
- Tener la piel húmeda o mojada en cualquier momento del día, incluso durante la noche o despertarse encontrando las sábanas mojadas

- Fiebre seguida por una sudoración abundante conforme baja la temperatura corporal
- Tener escalofríos o temblores
- Sudoración que empapa incluso cuando no hay fiebre o el área a su alrededor no parece estar demasiado calurosa

References

Abraham JL, Moment A. Sexuality, intimacy, and cancer. *A Physician's Guide to Pain and Symptom Management in Cancer Patients*. 3rd ed. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press; 2014:390-426.

Giridhar KV, Kohli M, Goetz MP. Endocrine complications. In DeVita VT, Lawrence TS, Rosenberg SA, eds. *DeVita, Hellman, and Rosenberg's Cancer: Principles and Practice of Oncology*. 11th ed. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins; 2019:347- 358.

Kaplan M. Hot flashes. In Brown CG, ed. *A Guide to Oncology Symptom Management*. 2nd ed. Pittsburgh, PA: Oncology Nursing Society; 2015:421-442. Lesi G, Razzini G, Musti MA, et al. Acupuncture as an integrative approach for the treatment of hot flashes in women with breast cancer: A prospective multicenter randomized controlled trial (AcCliMaT). *J Clin Oncol*. 2016;34:1795-1802.

National Cancer Institute (NIH). *Hot flashes and night sweats (PDQ®)—patient version*. 2019. Accessed at <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/hot-flashes-pdq> on September 25, 2019.

National Comprehensive Cancer Network (NCCN). *Clinical practice guidelines in oncology: Survivorship*. Version 2.2019. Accessed at www.nccn.org on January 6, 2020.

Oncology Nursing Society (ONS). *Symptom intervention: Hot flashes*. Accessed at <https://www.ons.org/pep/hot-flashes> on January 6, 2020.

Trump D. Endocrine complications. In Niederhuber JE, Armitage JO, Kastan MB, Doroshow JH, Tepper JE, eds. *Abeloff's Clinical Oncology*. 6th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2020:707-714.

Zhou ES, Bober SL. Sexual problems. In DeVita VT, Lawrence TS, Rosenberg SA, eds. *DeVita, Hellman, and Rosenberg's Cancer: Principles and Practice of Oncology*.

11th ed. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins; 2019:2220-2229.

References

Abraham JL, Moment A. Sexuality, intimacy, and cancer. *A Physician's Guide to Pain and Symptom Management in Cancer Patients*. 3rd ed. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press; 2014:390-426.

Giridhar KV, Kohli M, Goetz MP. Endocrine complications. In DeVita VT, Lawrence TS, Rosenberg SA, eds. *DeVita, Hellman, and Rosenberg's Cancer: Principles and Practice of Oncology*. 11th ed. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins; 2019:347- 358.

Kaplan M. Hot flashes. In Brown CG, ed. *A Guide to Oncology Symptom Management*. 2nd ed. Pittsburgh, PA: Oncology Nursing Society; 2015:421-442. Lesi G, Razzini G, Musti MA, et al. Acupuncture as an integrative approach for the treatment of hot flashes in women with breast cancer: A prospective multicenter randomized controlled trial (AcCliMaT). *J Clin Oncol*. 2016;34:1795-1802.

National Cancer Institute (NIH). *Hot flashes and night sweats (PDQ®)—patient version*. 2019. Accessed at <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/hot-flashes-pdq> on September 25, 2019.

National Comprehensive Cancer Network (NCCN). *Clinical practice guidelines in oncology: Survivorship*. Version 2.2019. Accessed at www.nccn.org on January 6, 2020.

Oncology Nursing Society (ONS). *Symptom intervention: Hot flashes*. Accessed at <https://www.ons.org/pep/hot-flashes> on January 6, 2020.

Trump D. Endocrine complications. In Niederhuber JE, Armitage JO, Kastan MB, Doroshow JH, Tepper JE, eds. *Abeloff's Clinical Oncology*. 6th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2020:707-714.

Zhou ES, Bober SL. Sexual problems. In DeVita VT, Lawrence TS, Rosenberg SA, eds. *DeVita, Hellman, and Rosenberg's Cancer: Principles and Practice of Oncology*. 11th ed. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins; 2019:2220-2229.

Última revisión médica completa: febrero 1, 2020 Actualización más reciente: febrero 1, 2020

Cómo manejar los sofocos y la sudoración

El manejo de los sofocos y la sudoración incluyen medicamentos para tratar la causa subyacente de los síntomas, de ser posible, y medicamentos para ayudar con los síntomas mismos. Manejarlos también significa ayudar a que el paciente se sienta más cómodo y encontrar formas de aliviarlos. Hable con su equipo de atención médica sobre el tratamiento adecuado para usted.

Medicamentos

Cómo se manejan los sofocos y la sudoración depende de lo que los está causando. A veces se pueden usar medicamentos y a veces los cambios de estilo de vida pueden ayudar. Estos se pueden clasificar como terapia no hormonal y terapia hormonal. Debido a que cada paciente es diferente, es importante hablar con su equipo de atención médica sobre lo que es mejor para su situación.

Terapia no hormonal

- Medicamentos con receta: se ha demostrado que dosis bajas de determinados medicamentos antidepresivos, anticonvulsivos y para la hipertensión arterial ayudan a controlar los sofocos
- Medicamentos de venta libre, como los antipiréticos, los analgésicos, las vitaminas y otros suplementos que son recomendados por su equipo de atención médica
- Terapias, como masajes, acupuntura, yoga e intervenciones cognitivo-conductuales
- Cambios de estilo de vida, como control del peso y evitar el consumo de alcohol y tabaco

Terapia hormonal

Se pueden recetar medicamentos para reemplazar las hormonas que han disminuido debido a la cirugía u otro tratamiento. Esto depende del tipo y la etapa del cáncer que tiene, así como también de otras pruebas que se realizan sobre su tumor cuando es diagnosticado. Es importante hablar con su médico sobre su situación, sobre las ventajas y desventajas de tomar estos medicamentos, y los efectos secundarios que podrían causar si su plan de tratamiento los incluye.

Hay vitaminas, minerales y otros suplementos que afirman ayudar con la sudoración y los sofocos. Algunos pueden ser útiles, pero es importante hablar con su médico sobre si es seguro que los tome.

¿Qué puede hacer el paciente?

Tome medicamentos para bajar la fiebre, como el acetaminofeno (Tylenol), si su equipo de atención médica dice que está bien que lo haga. Dependiendo de lo que está causando su sudoración o sofocos puede haber diferentes maneras en que puede ayudar a manejarlos.

- Tome todos los medicamentos según lo recetado
- Hable con su médico antes de probar cualquier medicamento de venta libre, o cualquier vitamina, mineral o suplemento nutricional que cree que podría ayudar
- Hable con su médico si su antitranspirante o desodorante no surte efecto
- Haga un seguimiento de los episodios de sudoración o sofocos
- Si su sudoración es debido a la fiebre, tome y controle su temperatura según lo indicado
- Vístase con 2 capas de ropa en temperaturas más frescas. La capa interior actuará como paño que absorbe la humedad alejándola de la piel. Las capas en el exterior se pueden quitar según sea necesario.
- Cambie la ropa húmeda y la ropa de cama tan pronto como sea posible

- Cuide bien su piel y tenga una buena higiene personal. Por ejemplo, si está transpirando mucho, báñese o dúchese al menos una vez al día y póngase una crema hidratante para calmar la piel y mantener una buena higiene.

¿Qué puede hacer el cuidador del paciente?

- Ayude al paciente a tomar y mantener un registro de su temperatura, si es necesario
- Ayude al paciente a mantener un registro de los episodios de sudoración
- Ayude al paciente a cambiarse la ropa húmeda y la ropa de cama
- Controle la temperatura del paciente vía oral varias veces al día y por la noche
- Ofrezca líquidos adicionales para reemplazar el líquido que se pierde por medio del sudor
- Ofrezca ayudar al paciente con baños y duchas si es necesario

Llame al equipo de atención médica si el paciente

- Se deshidrata por la sudoración abundante y frecuente
- Tiene fiebre de 100.5 ° F o más alta de lo normal para ellos o más de un nivel indicado por el equipo de atención médica (cuando se toma por vía oral) durante más de 24 horas
- Tiene temblores o escalofríos que duran

References

Abraham JL, Moment A. Sexuality, intimacy, and cancer. *A Physician's Guide to Pain and Symptom Management in Cancer Patients*. 3rd ed. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press; 2014:390-426.

Giridhar KV, Kohli M, Goetz MP. Endocrine changes. In DeVita VT, Lawrence TS, Rosenberg SA, eds. *DeVita, Hellman, and Rosenberg's Cancer: Principles and Practice of Oncology*. 11th ed. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins; 2019:347- 358.

Kaplan M. Hot flashes. In Brown CG, ed. *A Guide to Oncology Symptom Management*. 2nd ed. Pittsburgh, PA: Oncology Nursing Society; 2015:421-442.

Lesi G, Razzini G, Musti MA, et al. Acupuncture as an integrative approach for the treatment of hot flashes in women with breast cancer: A prospective multicenter randomized controlled trial (AcCliMaT). *J Clin Oncol*. 2016;34:1795-1802.

National Cancer Institute (NIH). *Hot Flashes and Night Sweats (PDQ®)—Patient Version*. 2019. Accessed at <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/hot-flashes-pdq> on September 25, 2019.

National Comprehensive Cancer Network (NCCN). *Clinical practice guidelines in oncology: Survivorship*. Version 2.2019. Accessed at www.nccn.org on January 6, 2020.

Oncology Nursing Society (ONS). *Symptom intervention: Hot flashes*. Accessed at <https://www.ons.org/pep/hot-flashes> on January 6, 2020.

Trump D. Endocrine Complications. In Niederhuber JE, Armitage JO, Kastan MB,

Doroshow JH, Tepper JE, eds. *Abeloff's Clinical Oncology*. 6th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2020:707-714.

Zhou ES, Bober SL. Sexual problems. In DeVita VT, Lawrence TS, Rosenberg SA, eds. *DeVita, Hellman, and Rosenberg's Cancer: Principles and Practice of Oncology*. 11th ed. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins; 2019:2220-2229.

Written by

References

Abraham JL, Moment A. Sexuality, intimacy, and cancer. *A Physician's Guide to Pain and Symptom Management in Cancer Patients*. 3rd ed. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press; 2014:390-426.

Giridhar KV, Kohli M, Goetz MP. Endocrine changes. In DeVita VT, Lawrence TS, Rosenberg SA, eds. *DeVita, Hellman, and Rosenberg's Cancer: Principles and Practice of Oncology*. 11th ed. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins; 2019:347- 358.

Kaplan M. Hot flashes. In Brown CG, ed. *A Guide to Oncology Symptom Management*. 2nd ed. Pittsburgh, PA: Oncology Nursing Society; 2015:421-442.

Lesi G, Razzini G, Musti MA, et al. Acupuncture as an integrative approach for the treatment of hot flashes in women with breast cancer: A prospective multicenter randomized controlled trial (AcCliMaT). *J Clin Oncol*. 2016;34:1795-1802.

National Cancer Institute (NIH). *Hot Flashes and Night Sweats (PDQ®)–Patient Version*. 2019. Accessed at <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/hot-flashes-pdq> on September 25, 2019.

National Comprehensive Cancer Network (NCCN). *Clinical practice guidelines in oncology: Survivorship*. Version 2.2019. Accessed at www.nccn.org on January 6, 2020.

Oncology Nursing Society (ONS). *Symptom intervention: Hot flashes*. Accessed at <https://www.ons.org/pep/hot-flashes> on January 6, 2020.

Trump D. Endocrine Complications. In Niederhuber JE, Armitage JO, Kastan MB, Doroshow JH, Tepper JE, eds. *Abeloff's Clinical Oncology*. 6th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2020:707-714.

Zhou ES, Bober SL. Sexual problems. In DeVita VT, Lawrence TS, Rosenberg SA, eds. *DeVita, Hellman, and Rosenberg's Cancer: Principles and Practice of Oncology*. 11th ed. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins; 2019:2220-2229.

Última revisión médica completa: febrero 2, 2020 Actualización más reciente: febrero 2, 2020

Written by

The American Cancer Society medical and editorial content team
(www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Our team is made up of doctors and oncology certified nurses with deep knowledge of cancer care as well as journalists, editors, and translators with extensive experience in medical writing.

American Cancer Society medical information is copyrighted material. For reprint requests, please see our Content Usage Policy (www.cancer.org/about-us/policies/content-usage.html).

cancer.org | 1.800.227.2345