American Cancer Society®
Every cancer. Every life.®

Qué hacer con las náuseas y los vómitos

Las náuseas son una sensación desagradable en la parte posterior de la garganta y el estómago que puede provocar vómitos. Algunas otras formas en que las personas describen las náuseas son “estar mal del estómago”, “tener el estómago revuelto” o “malestar estomacal”.

La gente suele referirse a vomitar como “devolver”. Esto ocurre cuando los músculos del estómago se contraen y empujan el contenido del estómago hacia arriba a través de la boca.

Las náuseas y los vómitos pueden ser efectos secundarios comunes en las personas que reciben tratamiento contra el cáncer. No necesita preocuparse. Hay muchos medicamentos que funcionan bien para controlarlas.

¿Qué causa las náuseas y los vómitos?

Muchas cosas pueden causar náuseas y vómitos en una persona con cáncer, entre ellas:

- Tratamiento contra el cáncer como quimioterapia, radioterapia o inmunoterapia
- Cáncer que afecta el cerebro o el abdomen (vientre)
- Algunos medicamentos, como los que se usan para el dolor
- Obstrucción en una parte del intestino
- Ansiedad
- Deshidratación
- Infección

La mayoría de las veces estos efectos secundarios no duran mucho tiempo y desaparecen cuando finaliza el tratamiento.

¿Pueden las náuseas y los vómitos causar otros problemas?

Cuando las náuseas y los vómitos son intensos o duran mucho tiempo, puede resultarle difícil hacer las cosas que necesita hacer. También pueden dificultar que reciba el tratamiento contra el cáncer que necesita.

Los vómitos pueden provocar deshidratación, que es la falta de líquidos y minerales que el cuerpo necesita. También pueden hacer que sienta cansancio, tenga problemas para pensar, se recupere más lentamente, pierda peso y no quiera comer. Estos efectos secundarios se deben tratar de inmediato para ayudarle a mantener su peso y energía, y evitar cambios en su plan de tratamiento.

¿Cómo se tratan las náuseas y los vómitos?

Los medicamentos que se usan para ayudar a prevenir o controlar las náuseas suelen llamarse medicamentos contra las náuseas y los vómitos. También puede escuchar que los llaman antieméticos. Toda persona que recibe tratamiento contra el cáncer que puede causar náuseas y vómitos puede y debe recibir tratamiento para estos efectos secundarios.

Los medicamentos contra las náuseas y los vómitos por lo general se administran según un horario regular o “durante todo el día”. En este caso, los toma incluso si no tiene náuseas. Pero a veces puede tomarlos según sea necesario. Usted toma el medicamento al primer indicio de náuseas para evitar que éstas empeoren. A veces se utilizan 2 o más medicamentos al mismo tiempo.

¿Qué puede hacer para ayudar a manejar las náuseas y los vómitos?

Para ayudar a reducir las náuseas y los vómitos si está recibiendo tratamiento contra el cáncer:

- Asegúrese de comer en los días en que reciba tratamiento. La mayoría de las personas encuentran que una comida ligera o un refrigerio antes del tratamiento es lo mejor.

- Pruebe alimentos y bebidas que sean “agradables para el estómago” o que le hayan hecho sentir mejor en el pasado cuando tenía náuseas. Suelen ser alimentos como ginger ale, alimentos blandos, caramelos ácidos y galletas saladas o tostadas secas.
- Use ropa holgada.
- Informe a su equipo de atención médica contra el cáncer cuando los medicamentos contra las náuseas y los vómitos no estén funcionando. Puede que deba probar algunos medicamentos diferentes para encontrar los que funcionan mejor para usted.
- Limite los sonidos, las imágenes y los olores que le provocan náuseas y vómitos.
- Hable con su equipo de atención médica contra el cáncer sobre otras cosas que puede probar, como la hipnosis, la biorretroalimentación o la visualización guiada.

Trate de comer lo mejor posible durante el tratamiento contra el cáncer.

- Téngase paciencia si no puede comer. Trate de comer comidas pequeñas o refrigerios a lo largo del día en lugar de 3 comidas grandes.
- Agregue calorías y proteínas adicionales a los alimentos. Los suplementos nutricionales son fáciles y pueden ayudar durante este tiempo. Pruebe diferentes marcas y sabores de suplementos para descubrir los que tengan mejor sabor y funcionen mejor para usted.
- Coma alimentos que le gusten.
- Pruebe alimentos fríos o a temperatura ambiente.
- Aproveche al máximo los días en los que se sienta bien y tenga ganas de comer. Pero escuche a su cuerpo. No se obligue a comer.
- Pida ayuda a familiares y amigos para hacer las compras y cocinar.
- Mantenga su boca limpia. Cepíllese los dientes y enjuáguese la boca cada vez que vomita.

Cuándo hablar con su equipo de atención médica contra el cáncer

Las náuseas y los vómitos pueden ser efectos secundarios del tratamiento contra el cáncer, pero por lo general se pueden controlar. Hable con su equipo de atención médica contra el cáncer sobre qué le provoca náuseas y vómitos, y qué puede hacer al respecto. Infórmeles acerca de las cosas que hacen que mejoren o empeoren. Esté dispuesto a trabajar con ellos para encontrar los medicamentos contra las náuseas y los vómitos que sea adecuados para usted.

Llame de inmediato a su equipo de atención médica contra el cáncer si:

- Tiene efectos secundarios por los medicamentos contra las náuseas y los vómitos.
- Es posible que haya inhalado parte de su vómito.
- Ha estado vomitando durante 2 a 3 días.
- No puede retener los medicamentos.
- No puede ingerir más de 4 tazas de líquidos o trocitos de hielo en un día.
- No ha comido durante más de 2 días.
- Pierde 2 o más libras (1 kg) en 1 o 2 días (esto significa que está perdiendo agua rápidamente y podría estar deshidratándose).
- Tiene la orina de color amarillo oscuro o no orina tan seguido o en la misma cantidad que de costumbre.

Cuándo llamar al 911 o acudir a la sala de emergencias

Llame al 911 o vaya a la sala de emergencias si:

- Vomita sangre o una sustancia que se parece a los posos de café.
- Siente debilidad, mareos o confusión.

Para obtener más información y apoyo, visite el sitio web de la American Cancer Society en: **cancer.org/nauseasyvomitos** o llámenos al: **1-800-227-2345**. Estamos aquí cuando usted nos necesite.

©2026, American Cancer Society, Inc.
No. SPA213601 Rev. 4/26

BBB ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity