

Qué hacer con la neuropatía periférica

La neuropatía periférica ocurre cuando los nervios que controlan las sensaciones y el movimiento de los brazos, las piernas, las manos y los pies se dañan. Esta afección también se llama neuropatía.



¿Qué causa neuropatía en las personas con cáncer?

Una de las causas más comunes de la neuropatía es la quimioterapia. Que aparezcan los síntomas de la neuropatía (y qué tan graves sean) depende del tipo y la dosis de la quimioterapia, así como de la frecuencia con que se administra. La neuropatía a menudo empeora a medida que avanza el tratamiento o si se aumentan las dosis.

También puede ser causada por:

- Otros tratamientos contra el cáncer, como la cirugía o la radiación
- Tumores que presionan los nervios
- Infecciones que afectan los nervios
- Lesiones de la médula espinal
- Diabetes
- Consumir demasiado alcohol
- Herpes zóster
- Niveles bajos de vitamina B
- Algunos trastornos autoinmunes
- Infección por HIV (virus de inmunodeficiencia humana)
- Mala circulación (enfermedad vascular periférica)



¿Cómo se siente la neuropatía?

Los síntomas de la neuropatía afectan principalmente las manos o los pies y, a veces, se extienden hacia los brazos o las piernas. Puede sentirse como:

- Hormigueo (o una sensación de “cosquilleo”)
- Sensación de ardor o calor
- Entumecimiento
- Debilidad
- Malestar o dolor

- Sudoración o escalofríos debido a una menor capacidad para sentir el calor y el frío
- Calambres en las piernas y los pies



¿Cómo se trata la neuropatía?

El tratamiento se administra principalmente en aliviar el dolor que puede acompañar a la neuropatía. Los investigadores están analizando qué medicamentos surten mejor efecto para aliviar este tipo de dolor. Puede que sea necesario realizar más de un intento o un tipo de tratamiento para descubrir lo que funciona mejor para usted.

Algunos medicamentos y otros tratamientos que pueden ayudar incluyen:

- Parches o cremas con anestésicos que se pueden colocar justo sobre el área dolorida (por ejemplo, parches de lidocaína o crema de capsaicina)
- Medicamentos antidepresivos, a menudo en dosis más pequeñas que las que se usan para tratar la depresión
- Medicamentos anticonvulsivos, que se usan para aliviar otros tipos de dolor neuropático
- Opiodes o narcóticos, para cuando el dolor es severo
- Otros tratamientos, como la estimulación nerviosa eléctrica, la fisioterapia o la terapia ocupacional, la terapia de relajación o la acupuntura

Es importante trabajar en colaboración estrecha con su equipo de atención médica contra el cáncer para manejar la neuropatía. Su equipo de atención médica contra el cáncer puede suspender temporalmente la quimioterapia o ajustar su dosis si los síntomas se vuelven demasiado molestos o graves.



¿Qué puede hacer para ayudar a manejar la Neuropatía?

Hasta ahora, no hay una manera segura de ayudar a prevenir la neuropatía. Es un problema común para algunas personas que puede durar semanas, meses o incluso años después de que finaliza el tratamiento.

Pero usted puede hacer cosas para ayudar a manejar su síntomas. Comience de inmediato para ayudar a prevenir daños duraderos que podrían no mejorar.

- Tome los medicamentos para el dolor según las indicaciones de su equipo de atención médica contra el cáncer. La mayoría de los analgésicos dan mejores resultados si se toman antes de que el dolor empeore.
- Ayude a prevenir lesiones y evite cosas que parezcan empeorar sus síntomas, como tocar objetos fríos o calientes con las manos sin guantes y con los pies descalzos o usar ropa o zapatos demasiado ajustados.
- Si tiene diabetes, controle su nivel de azúcar en la sangre para ayudar a prevenir un mayor daño a los nervios.
- Si tiene neuropatía en las manos, tenga mucho cuidado al usar cuchillos, tijeras, cortadores y otros objetos filosos. Úselos solo cuando pueda concentrarse por completo en su tarea.
- Proteja sus manos usando guantes cuando limpie, trabaje al aire libre o haga reparaciones.
- Cuide sus pies. Revíselos una vez al día para ver si tienen alguna lesión o llaga abierta.

- Siempre use calzado que cubra todo su pie al caminar, incluso en el hogar. Hable con su equipo de atención médica contra el cáncer sobre zapatos o plantillas especiales que pueden ayudar a proteger sus pies. Asegúrese de contar con formas de apoyarse si corre el riesgo de tropezarse cuando camina. Los pasamanos en los pasillos y baños pueden ayudarle a mantener el equilibrio. Un andador o un bastón pueden brindarle apoyo adicional.
- Use luces nocturnas o linternas cuando se levante en la oscuridad.
- Protéjase de las lesiones por calor. Coloque los calentadores de agua caliente entre 105 °F (40.6 °C) y 120°F (48.9 °C) para ayudar a reducir el riesgo de quemaduras mientras se lava las manos.
- Use guantes para horno y posafuentes cuando manipula platos, parrillas o cacerolas calientes.
- Si se baña, verifique la temperatura del agua con un termómetro.
- Evite beber alcohol. Puede empeorar sus síntomas.



Cuándo hablar con su equipo de atención médica contra el cáncer

Informe a su equipo de atención médica contra el cáncer sobre los cambios en la neuropatía que está experimentando. Dígales cuando nota los cambios, con qué tiene problemas y qué cosas empeoran o mejoran su síntomas.



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