



**oncovida**  
red nacional de oncología

**Guía de autocuidado**

# **QUIMIOTERAPIA**

"somos tu red de apoyo"





**oncovida**  
red nacional de oncología

# ÍNDICE

---

## PREGUNTAS FRECUENTES

¿Qué es la Quimioterapia?	6
¿Dónde se recibe el tratamiento de Quimioterapia?	6
¿Cómo funciona la Quimioterapia?	7
¿cómo ayuda la Quimioterapia?	7
¿Cada cuánto tiempo se administra la Quimioterapia?	7
¿Cómo se administra la Quimioterapia?	7 - 8
Recomendaciones previas a la administración de Quimioterapia	8

## HOY INICIA SU TRATAMIENTO DE QUIMIOTERAPIA

1.- Fatiga	9
2.- Efecto sobre el aparato digestivo	10 - 13
3.- Dolor	13
4.- Pérdida de cabello	14
5.- Piel y uñas	15
6.- Efecto sobre músculos y sistema nervioso	16
7.- Efectos sobre la médula ósea	17 - 19
8.- Efectos sobre la sexualidad	20
9.- Alimentación	21 - 24
10.- Cuidados de catéter venoso central con reservorio subcutáneo y posterior a la instalación	25 - 26
11.- Efecto sobre las emociones	26 - 27



## PREGUNTAS FRECUENTES

### ★ ¿Qué es la Quimioterapia?

Es la aplicación de medicamentos específicos, con el objetivo de destruir y evitar la multiplicación y propagación de las células malignas (**cancerosas**). Usted será indicado por un oncólogo/hematólogo especialista y administrado por el personal de enfermería de Oncovida.

---

### ★ ¿Dónde se recibe el tratamiento de Quimioterapia?

En Oncovida usted recibe el tratamiento de Quimioterapia a través de dos modalidades; **(1)** hospitalizado en una clínica en convenio, o en forma **(2)** ambulatoria en la **Unidad de Quimioterapia** de Oncovida, dependiendo del tipo del tratamiento indicado por su médico.

## ★ ¿Cómo funciona la Quimioterapia?

Las células normales crecen y mueren en forma controlada (**normal**). En caso de las células cancerosas, se siguen produciendo sin control. Los medicamentos contra el cáncer evitan que las células cancerosas se produzcan.

---

## ★ ¿Cómo ayuda la Quimioterapia?

Dependiendo del tipo y estado de avance del cáncer, la Quimioterapia puede en algunas situaciones curar el cáncer, reducir la enfermedad, evitar que se extiendan o disminuir las molestias que la origina.

---

## ★ ¿Cada cuánto tiempo se administra la Quimioterapia?

**Esto irá variando de acuerdo a:**

- Tipo de cáncer que usted tenga.
- El objetivo del tratamiento.
- Los medicamentos que se empleen.
- El esquema que se emplee.
- Como responda el organismo.

Los tratamientos pueden ser; diarios, semanales y/o mensuales. Recuerde que debe tener el control y autorización de su médico para recibir el tratamiento de Quimioterapia.

---

## ★ ¿Cómo se administra la Quimioterapia?

**Existen diversas formas de administras la Quimioterapia:**

- **Vía oral (por la boca):** El medicamento es dispensado en forma de tableta, cápsula o líquido como si fuera cualquier otra medicina.

- **Vía intravenosa:** La Quimioterapia se puede inyectar en una vena por vía periférica o a través de un catéter venoso para Quimioterapia.
- **Vía intratecal:** Se inyecta el medicamento en el líquido cefalorraquídeo a través de una punción lumbar.
- **Vía subcutánea:** Se inyecta el medicamento en el tejido adiposo, justo debajo de la piel. Generalmente alrededor del ombligo o muslos.

## ★ Recomendaciones prevar a la administración de Quimioterapia:



Contar con la evaluación de su médico y la evaluación de exámenes.



Su control médico debe ser realizado antes de su sesión de Quimioterapia.



Informe a la **Unidad de Quimioterapia** sobre alguna modificación de su tratamiento.



Comer liviano antes de la administración de la Quimioterapia.



Use ropa cómoda, si usted tiene el catéter subcutáneo. De preferencias utilice camisas o blusas que permitan abordar la zona con facilidad.



Informe a su médico tratante durante la consulta sobre cualquier molestia que haya presentado durante su aplicación.



# HOY INICIA SU TRATAMIENTO DE QUIMIOTERAPIA

Probablemente haya escuchado una serie de mitos e historias relacionadas con este tipo de tratamiento. Las personas tienden a resaltar lo negativo. Debe considerar que hay muchas personas sanas y otras que se han beneficiado gracias a este tratamiento. **Recomendamos que solo escuche la información que le entregue su médico y enfermera.** Durante su tratamiento en la **Unidad de Quimioterapia**, estará

bajo la supervisión del personal de enfermería al cual usted puede acudir en caso de cualquier duda.

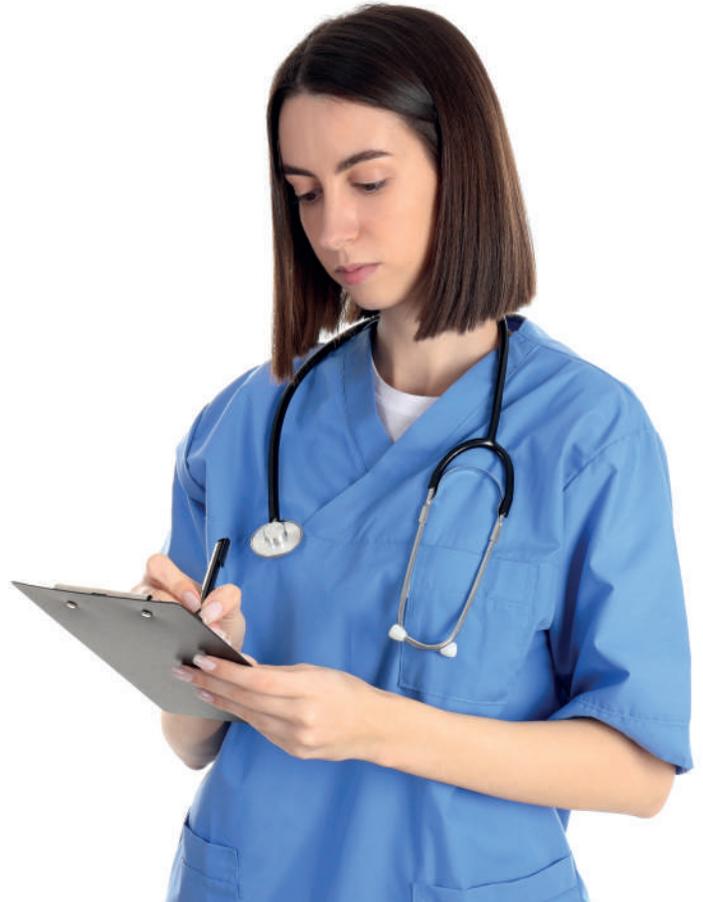
Es importante que comprenda que **NO** todas las personas presentan efectos adversos con la Quimioterapia, pero es necesario que reconozca las molestias que puede llegar a presentar como consecuencia de su tratamiento. **Estas pueden ser:**

## 1 FATIGA

Es el síntoma con más frecuencia, tiene un comienzo brusco, con falta de energía; el descanso no siempre alivia, pero este irá desapareciendo con el tiempo.

### Recomendaciones

- ★ Descansar si es necesario y retomar su vida habitual dentro de lo posible.
- ★ Mantener una alimentación balanceada.
- ★ Permitir que otros le ayuden en actividades habituales si fuese necesario.
- ★ Informar a su médico los cambios en su nivel de energía.



## 2 EFECTOS SOBRE EL APARATO DIGESTIVO

### NÁUSEAS Y VÓMITOS

Son efectos secundarios comunes de la Quimioterapia, se puede manifestar uno de estos síntomas o ambos.

Existen medicamentos muy eficaces para prevenir o disminuir estas molestias y su médico es quien debe indicárselo.



### Recomendaciones

- ★ Usted debe tomar los medicamentos indicados por su médico para prevenir este efecto.
- ★ Comer y beber lentamente.
- ★ Debe comer varias veces al día en pequeñas cantidades y masticar bien los alimentos.
- ★ Usar ropa suelta.
- ★ Intentar respirar de manera profunda y lentamente cuando sienta náuseas.
- ★ Distraerse conversando, escuchando música, mirando televisión o leyendo.
- ★ Tratar de evitar olores que le molesten (humo, comida, perfumes, etc).
- ★ Descansar al menos dos horas después de haber terminado de comer.
- ★ Comer algo liviano antes del tratamiento.
- ★ En caso de que los vómitos persistan por más de 24 horas, debe **consultar a su médico tratante**.

## ESTREÑIMIENTO

Las drogas de Quimioterapia y también algunos medicamentos para el dolor suelen producir dolor y estreñimiento.

### Recomendaciones

- ★ Debe ingerir una buena cantidad de líquidos durante el día (2 a 3 litros).
- ★ Ingerir alimentos ricos en fibra como frutas, verduras, cereales **(si está permitido por su médico)**.
- ★ Dar caminatas de un mínimo de 30 minutos.
- ★ Puede consultar con su médico algún tipo de medicamento que favorezca la evacuación intestinal

## DIARREA

Esto también puede afectar a las células que recubren el intestino y que ocasionalmente puede producir diarrea (deposiciones líquidas y frecuentes).

### Recomendaciones

- ★ Ingiera abundante líquido.
- ★ Ingiera alimentos bajos en contenido de fibra. (pan blanco, arroz blanco, pollo, pavo).
- ★ Si presenta más de 4 episodios de diarrea durante el día, debe consultar a su médico.



## MUCOSITIS

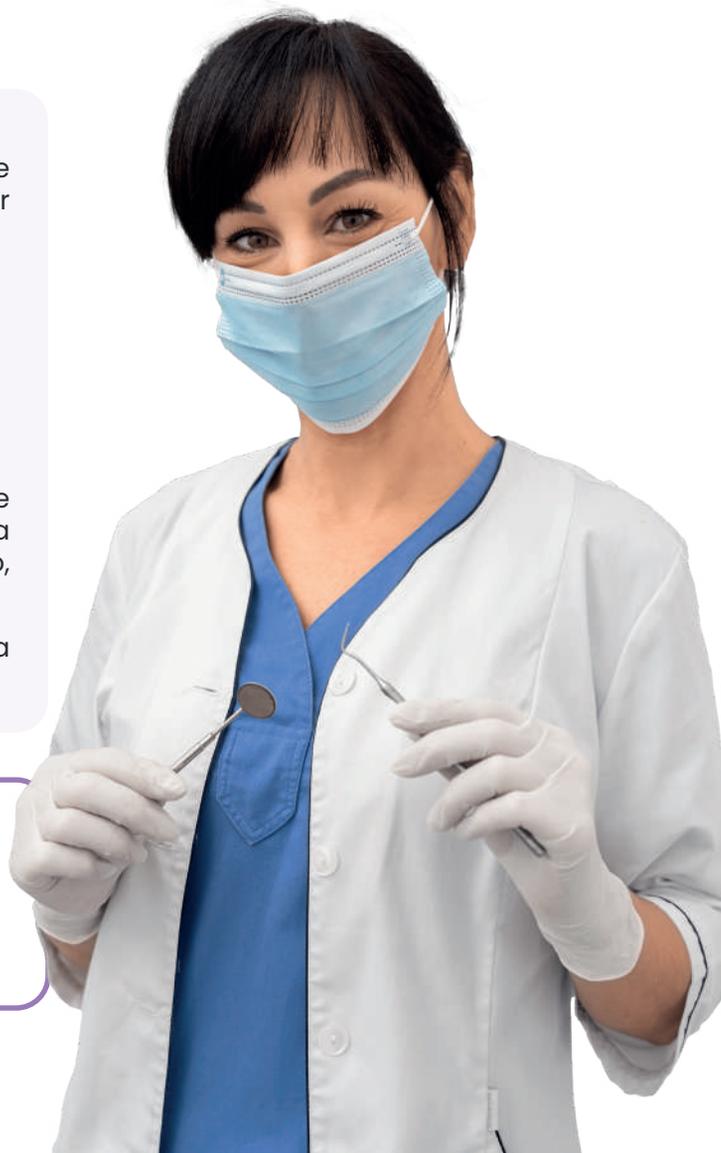
Es un problema en la boca, encías y garganta que consiste en la inflamación e irritación de la mucosa, pudiendo presentar heridas y dolor en la zona.

### Recomendaciones

- ★ Si es posible visite a su dentista antes de iniciar la Quimioterapia, así ayuda a prevenir cualquier problema.
- ★ Evite enjuagues bucales antisépticos.
- ★ Utilice pastas dentales para niños.
- ★ Use cepillo de dientes con cerdas suaves.
- ★ Realizar colutorios con bicarbonato luego de cada cepillado de dientes: 500 cc de agua fría hervida + 1 cucharada de bicarbonato, cambiarla a diario.
- ★ Si siente la boca seca o irritada, debe tomar la infusión de linaza.



**No olvide cepillarse los dientes diariamente después de casa comida, utilizando un cepillo de cerdas suaves.**



## SI TIENE HERIDAS EN LA BOCA:

- Avise a su médico.
- Ingiera alimentos a temperatura ambiente o fríos.
- Ingiera alimentos suaves y/o refrescantes.
- Licúe las comidas.



## SI SE RESECAN LAS MUCOSAS:

- Ingiera abundante líquido.
- Ingiera alimentos blandos y húmedos.
- Utilice bálsamos labiales.



## 3

## DOLOR

Algunos medicamentos usados en Quimioterapia pueden ocasionar sensaciones de ardor, hormigueo, adormecimiento o dolor punzante en manos y pies. Además, usted podría presentar dolor muscular, de cabeza, estomacal y dolor en la boca por presencia de heridas en ella. No todas las personas van a sentir dolor.

### Recomendaciones

- ★ Tomar medicamentos para el dolor si lo indicó su médico tratante.
- ★ No suspenda los medicamentos para la presión alta o para la diabetes a menos que su médico especialista se lo haya indicado.
- ★ Tome sus dosis de medicamentos en los horarios establecidos.
- ★ Realizar actividades que le agraden, ayudarán a disminuir la tensión, ansiedad y menejos del dolor.

## 4 PÉRDIDA DE CABELLO

La pérdida de cabello es un efecto secundario común durante la Quimioterapia. Su médico le informará sobre ellos, ya que NO todos los medicamentos provocan este efecto. La pérdida de cabello no es inmediata, ocurre con más frecuencia entre 2 y 4 semanas de la aplicación del tratamiento.

La pérdida de cabello puede ocurrir en diversos lugares del cuerpo, pero se presenta con frecuencia en el cuero cabelludo. Recuerde que este efecto es transitorio y que el pelo volverá a crecer una vez finalizando su proceso de Quimioterapia.

### Recomendaciones

- ★ Proteja su cabeza del medio ambiente con gorros, turbantes, sombreros o pelucas.
- ★ Evite siempre presentarse bajo el sol directamente por períodos prolongados.
- ★ Utilice de forma permanente protector solar de factor 30 o más.

### LO QUE USTED DECIDA ESTARÁ BIEN...

**La pérdida de cabello puede ser difícil de aceptar.** Es común sentirse deprimido o enojado, pero recuerde que es un efecto temporal, hable de sus sentimientos ya que es útil expresar como se siente, también comparta sus pensamientos con personas que hayan vivido esta experiencia.

**¡En ningún caso usted NO se automedique!**

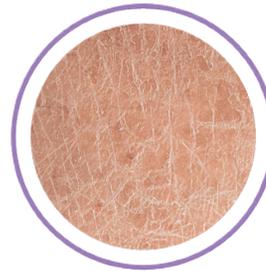


## 5 PIEL Y UÑAS

Otro de los efectos que a veces ocurre con la Quimioterapia consiste en que la piel se vuelve más sensible. En algunos casos pueden aparecer manchas o ir oscureciéndose algunas zonas del cuerpo, en especial las zonas de flexión: nudillos, codos, rodillas. La piel se puede reseca y producirse algunas erosiones, por ejemplo; en la piel que rodea las uñas, estas también pueden oscurecerse y debilitarse, siendo este un efecto transitorio.

### Recomendaciones

- ★ Evite estar bajo el sol de manera directa por períodos prolongados.
- ★ Utilice de forma permanente protector solar de factor 30 o más.
- ★ Si su piel está reseca, use de manera diaria cremas humectantes e ingiera líquidos para mantener su piel hidratada.
- ★ Si presenta lesiones en piel y/o uñas consulte a su médico.
- ★ Evite lociones y colonias que puedan ser irritantes para su piel.
- ★ Para efectuar labores de casa, como el lavado de ropa o loza, se recomienda uso de guantes.
- ★ Evite caminar descalzo.
- ★ Es recomendable utilizar calzado cómodo para prevenir lesiones en sus pies.



Piel seca



Uñas débiles



## 6 EFECTO SOBRE MÚSCULOS Y SISTEMA NERVIOSO

Por efecto de las drogas, pueden producir disminución de la fuerza de músculos, además la Quimioterapia puede afectar algunos nervios, esto se le denomina neuropatía periférica y se caracteriza por la aparición de algunas molestias como;

- Hormigueo,
- Sensación de ardor
- Debilidad
- Dolor mandibular
- Perdida de equilibrio
- Adormecimiento de manos y pies
- Dolor al momento de caminar
- Cansancio muscular.

### Recomendaciones

- ★ No realizar actividades que requieran fuerza.
- ★ **Frente a la aparición de molestias usted debe informar a su médico.**



## 7 EFECTOS SOBRE LA MÉDULA ÓSEA

La médula ósea es el tejido que se encuentra al interior de los huesos, y es donde se producen los elementos que se componen la sangre, los cuales son; glóbulos rojos, glóbulos blancos y plaquetas. Su médico verificará de forma frecuente por medio de exámenes de laboratorio el recuento de éstos y de acuerdo a sus resultados determinará el tratamiento.



### GLÓBULOS ROJOS

Son aquellos de estar encargados de transportar el oxígeno que respiramos a todos los tejidos de nuestro organismo.



### GLÓBULOS BLANCOS

Los glóbulos blancos están encargados de defender nuestro cuerpo de infecciones.



### PLAQUETAS

Son quienes participan en la coagulación de la sangre y de esta manera ayuda a prevenir y evitar sangramientos.

## GLÓBULOS BLANCOS

Al disminuir los glóbulos rojos los tejidos de nuestro cuerpo comienzan a recibir menos oxígeno para hacer su trabajo, lo que se denomina **anemia**. Usted puede sentir; cansancio, debilidad, mareos y hasta desvanecimiento y sentir que el corazón late más rápido. **Si usted tiene alguno de estos síntomas, debe avisar a su médico.**

### Recomendaciones

- ★ Descansar.
- ★ Durante el día tome siestas no más de 30 minutos e intente dormir profundamente en la noche.
- ★ Limitar sus actividades, pida ayuda si lo necesita.
- ★ Al estar acostado o sentado, debe incorporarse lentamente para evitar mareos.

## GLÓBULOS BLANCOS

Al disminuir los glóbulos blancos el cuerpo tiene menos armas para defenderse, por lo que está más susceptible a las infecciones.



### Recomendaciones

- ★ Lavarse las manos frecuentemente durante el día con agua y jabón.
- ★ Mantenerse alejado y/o a distancia de personas con enfermedades contagiosas (resfríos, varicela, rotavirus, etc.)
- ★ Tener cuidado de no lesionar su piel con algún corte de cualquier grado.
- ★ Use máquina de afeitar eléctrica.
- ★ Mantener su piel hidratada por medio de cremas humectantes.
- ★ Evite cambios bruscos de temperatura.
- ★ Evite lugares de alta congestión.

## ¿PROBLEMAS DE SANGRADO O COÁGULOS?

Los medicamentos de Quimioterapia pueden afectar la capacidad de la médula ósea para producir **plaquetas**.

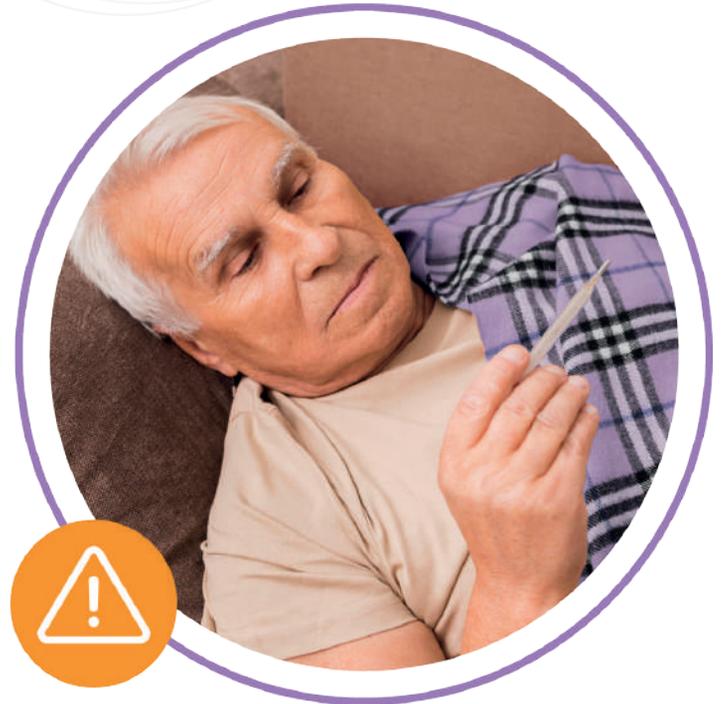
Las **plaquetas** en la sangre ayudan a detener el sangrado, si su sangre no tiene suficientes plaquetas, puede sangrar o crear moretones, aun con la menor lesión. Su médico revisará frecuentemente su recuento de plaquetas durante su tratamiento.



**Por favor, no tomar aspirina o medicamentos sin indicación de su médico.**

## AVISE DE INMEDIATO O ACUDA DE URGENCIAS DONDE SU MÉDICO SI:

- Tiene fiebre sobre 38°.
- Presenta escalofríos.
- Presenta diarrea constante (más de 4 deposiciones líquidas).  
Deseos de orinar en forma urgente, frecuente y/o con ardor, orina turbia y con mal olor.
- Tiene tos severa o dolor de garganta.
- Presenta dolor de oídos.
- Tiene ampollas en los labios o piel.
- Tiene heridas en la boca.



## DEBE INFORMAR A SU MÉDICO SI APARECEN:

- Moretones.
- Pequeñas manchas rojas en la piel.
- Color rojizo o rosado en la orina.
- Deposiciones de color negro o con sangre.
- Cualquier sangrado de las encías o nariz.
- Dolor de cabeza intenso.

### Recomendaciones

- ★ Usar cepillo de textura suave para limpiar y lavar sus dientes.
- ★ Limpiar la nariz sonándose suavemente.
- ★ Tener cuidado de no cortarse, ni pincharse al usar tijeras, agujas, cuchillos, etc.
- ★ Use máquina de afeitar eléctrica.

## 8 EFECTOS SOBRE LA SEXUALIDAD

Los sentimientos y manifestaciones sexuales varían entre las personas durante el proceso de Quimioterapia. El tratamiento puede provocar cambios físicos y por ende, cambios en la vida sexual de la pareja. Muchos encuentran que necesitan estar más cerca que nunca de su pareja y tienen un incremento de deseos por la actividad sexual, otros suelen experimentar disminución en su interés, ya sea por la alteración de su imagen corporal, por la disminución de nivel de energía o por causa del estrés físico y emocional que produce esta enfermedad.

La mujer puede presentar períodos menstruales irregulares o interrupciones en él, sintiendo bochornos u otros síntomas de la menopausia. Es imprescindible que en la edad fértil use

algún método anticonceptivo durante el tratamiento **(indicado por su médico)**, ya que en caso de embarazo las drogas pueden ser dañinas para el feto.

Si presenta dudas acerca de su estado de embarazo comuníquese con su médico o enfermera antes de comenzar la Quimioterapia. Es posible que en algunos casos la fertilidad se vea afectada, por eso es importante que esta situación la converse con su médico previo tratamiento.

*Cabe destacar que si bien existe riesgo de esterilidad masculina, ésta no tiene relación con su potencial sexual.*



## 9 ALIMENTACIÓN

Este es un aspecto importante para usted y su calidad de vida, especialmente durante su tratamiento de Quimioterapia.

### Recomendaciones

- ★ Dar líquidos alejados de las comidas.
- ★ Adecuada higiene oral, utilizar cepillo de cerdas suaves.
- ★ Realizar entre 5-6 comidas pequeñas al día.
- ★ Variar al máximo las comidas, cuidando su presentación y en un ambiente agradable.
- ★ Evitar comidas con sabores y olores fuertes.
- ★ Evite temperaturas extremas en los alimentos.
- ★ Prefiera los alimentos al horno o hervidos.
- ★ Ingiera sus alimentos de manera lenta para prevenir distensión abdominal.



## CONSEJOS DE ALIMENTACIÓN



Consuma lácteos refrigerados y pasteurizados.



Consuma quesos envasados como; queso gouda, mozzarella, parmesano, suizo y cheddar. Evite los quesos con hongos como; queso roquefort, camembert o el queso de campo.



Evitar pasteles con crema o mayonesa.



Evite recalentar la comida.



Cubrir siempre preparaciones durante el traslado.



Descongelar los alimentos en el refrigerador y NO a temperatura ambiente.



Consumir verduras y frutas crudas y/o cocidas, según indicación médica. (Si las verduras y frutas están crudas, deben estar muy bien lavadas).



Restrinja alimentos flautulentos como la coliflor y legumbres.



Consuma toda variedad de panes, pastas, cereales y papas.



Divida los alimentos al refrigerar, en porciones pequeñas y rotule la fecha de refrigeración (mantener un máximo de 3 días).



Recuerde refrigerar los alimentos antes que transcurran 2 horas de su preparación.



Cocine los alimentos inmediatamente después de ser descongelados.

## MANEJO Y LAVADO DE FRUTAS Y VERDURAS



Disponga un área del mesón limpia.



Lave las frutas y verduras con agua de la llave hasta eliminar la suciedad visible.



Si usa sistema de desinfección enjuague adecuadamente. NO utilice cloro para desinfectar.



Las ensaladas envasadas o pre-elaboradas deben ser lavadas nuevamente.



Las frutas secas pueden consumirse cocidas (ciruelas).



La fruta debe ser abierta y servida en el mismo momento.

## ¿CUÁNTO LÍQUIDO PUEDO CONSUMIR?

Se recomienda beber al menos dos litros de agua diarios, tome de preferencia agua baja en sodio, leche, jugos, gelatinas, zumo de frutas, agua de frutas de cocción, hierbas e infusiones.

**Por favor, evite el consumo de bebidas gaseosas.**



## Recomendaciones

- ★ Revise las fechas de vencimiento de los alimentos y no compre o use alimentos fuera de fecha de caducidad.
- ★ No compre o utilice alimentos en latas que están hinchadas, abolladas o que se encuentren dañadas.
- ★ Lave las tapas de las conservas antes de abrirlas y utilice un abrelatas de acero inoxidable.
- ★ Lave sus manos antes de preparar o ingerir alimentos y después de utilizar el baño.
- ★ Lave bien las tablas de picar, cuchillos, utensilios de cocina antes de usar.

## ¿DURANTE CUANTO TIEMPO DEBO CONTINUAR CON ESTA DIETA?

Su médico le indicará por cuánto tiempo deberá seguir con este régimen de alimentación.

Es de suma importancia seguir las instrucciones y recomendaciones de su médico para que su dieta sea eficiente.



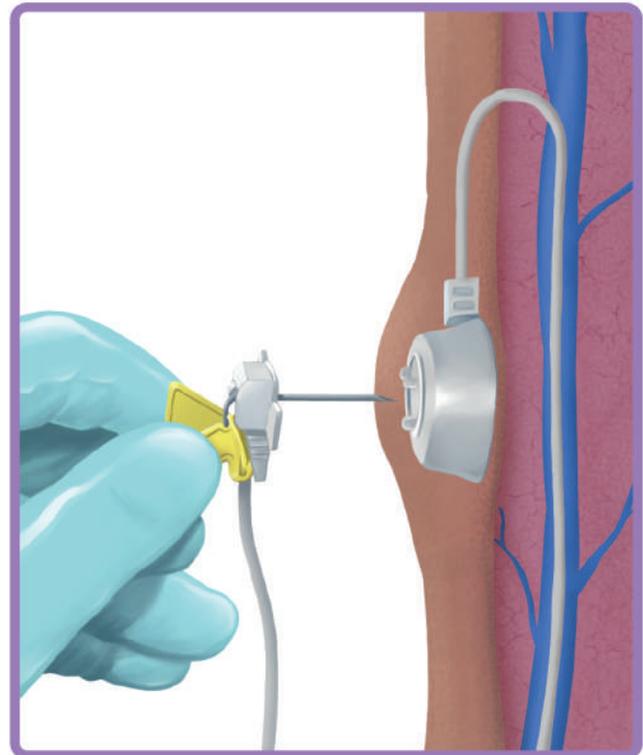
10

## CUIDADOS DEL CATÉTER VENOSO CENTRAL CON RESERVORIO SUBCUTÁNEO Y POSTERIOR A LA INSTALACIÓN

- ★ Movilice la extremidad superior del lado del catéter solo hasta el nivel del hombro
- ★ Realice solo movimientos suaves con ese brazo durante las primeras 48 horas.
- ★ Avise a la enfermera si siente dolor, ardor, humedad, sangramiento o aumento de volúmen en la zona donde se encuentra el catéter.
- ★ En caso de dolor tome analgésico que le recomiende su médico.

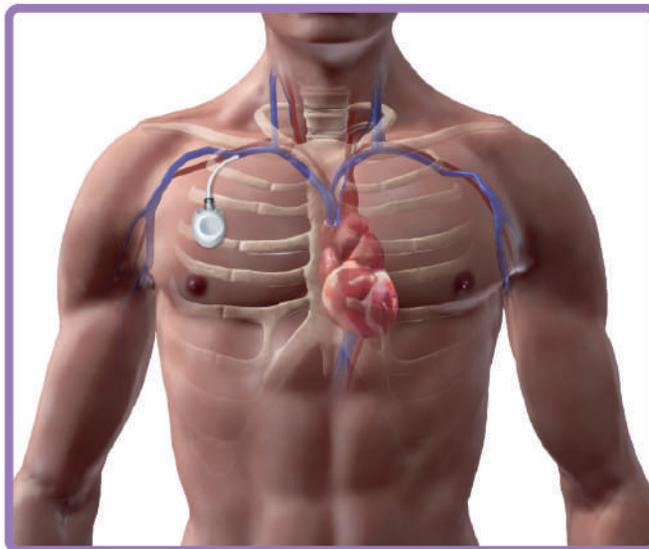
### CUIDADOS DEL CATÉTER UNA VEZ PUNCIONANDO:

- Lave bien las tablas de picar, cuchillos, utensilios de cocina antes de usar.
- No traccione las conexiones.
- En caso de que se retire a su domicilio con su catéter puncionando, este será cubierto con un parche impermeable, el cual debe mantener al momento de ducharse.
- Avise a la enfermera si siente ardor, dolor, humedad, aumento de volumen o sangrado en la zona del catéter.
- Debe avisar si ve sangre en las conexiones del suero.
- En ningún caso debe manipular su catéter cuando esté puncionando.



## CUIDADOS DEL CATÉTER EN LA CASA O CUANDO ESTÁ SIN USO:

- No realice actividades ni deportes bruscos con el brazo del lado del catéter.
- Acuda a permeabilizar (lavar) el catéter cada 3 meses al servicio de Quimioterapia ambulatoria.
- No cargar la zona del catéter a la hora de dormir.
- No cargar el peso del cuerpo en el lado de la instalación del catéter.



## 11 EFECTO SOBRE LAS EMOCIONES

Es posible que se produzcan cambios emocionales durante la Quimioterapia que pueden ser atribuibles a las drogas que reciba. Sin embargo, la inmensa mayoría de estos cambios se deben al hecho de tener cáncer: a los cambios en su vida, a las alteraciones en su imagen corporal, a experimentar sensaciones incómodas, entre otros. Emocionalmente, es posible que se sienta:



**Ansioso**



**Frustrado**



**Triste**



**Asustado**



**Débil**



**Solo**



**Enojado**



**Estresado**

Usted y sus seres cercanos están viviendo algo que no es fácil para nadie. Es normal sentirse así durante el proceso de adaptación a la enfermedad.

## ¿CÓMO PUEDO LIDIAR CON MIS SENTIMIENTOS DURANTE EL PROCESO DE QUIMIOTERAPIA?



### EXPRESSE SUS SENTIMIENTOS

Elija un buen oyente, escoja un buen momento, acepte y entienda sus propios sentimientos. Si le cuesta hablar de sus sentimientos, tal vez pueda escribir acerca de ellos.



### RECUPERE EL CONTROL

Lea e infórmese de fuentes responsables acerca de su enfermedad y de los tratamientos. Haga preguntas. Sea activo en su esfuerzo por ayudara su cuerpo a recuperar su salud. La Quimioterapia es un aliado más en esto.



### PIDA Y ACEPTE AYUDA

Apóyese en las personas que están a su lado y lo quieren ayudar; familiares, amigos, pareja, personas que tienen la misma enfermedad, personas de apoyo espiritual y profesionales del área..



### ÚNASE A UN GRUPO DE APOYO

Salga de su situación individual. Estos grupos le permitirán compartir con otras personas que viven una situación similar a la suya. Podrá hablar de lo que siente y escuchar a otros y le permitirá establecer relaciones de confianza y apoyo.

# RESPONDIENDO A SUS PREGUNTAS

## ★ Acepte su nueva imagen

Puede que su cuerpo no sea el mismo, pero esto no quiere decir que no pueda re-aprender a sentirse cómodo con él. Muchos cambios son transitorios y otros se pueden manejar de distintas maneras. Consulte con los profesionales correspondientes.

---

## ★ La vida en pareja

Es probable que presente cambios en su vida sexual. Algunos pacientes necesitan más cercanía con su pareja, esto no necesariamente está asociado a tener relaciones sexuales, sino más bien a una necesidad de contención afectiva. Unos pacientes experimentan un aumento de líbido (deseo sexual), otros todo lo contrario. Esto último generalmente está asociado a probables efectos de las drogas, como disminución de la lubricación vaginal y el dolor que puede experimentar en el encuentro sexual.

**Si su estado es soltería, puede que no sea el momento más adecuado para buscar pareja.**

---

## ★ Vivir cada día al máximo

Mantenga su atención en las tareas y placeres de la vida diaria. El cáncer es solo una parte de su vida, no deje que inunde otras áreas. Alimente otras actividades de realización personal como la laboral, productiva u ocupacional, social, familiar, espiritual, etc. No deje que su vida se detenga, mantenga una rutina, haga planes para el futuro. Usted también puede seguir divirtiéndose y disfrutando.

El cáncer es algo indeseable, inesperado y complejo, pero si logra aceptarlo como parte de su realidad actual, tal vez pueda aprender a vivir esta etapa de su vida con él. Muchos pacientes logran sacar lo mejor de esta experiencia que puede cambiarle la vida para siempre.

## ¿CONSULTAS?

Cualquier consulta respecto a su tratamiento puede llamar al número: + (56) 2 2599 2932, también puede escribirnos a: [unidadquimioterapia@oncovida.cl](mailto:unidadquimioterapia@oncovida.cl) o acudir personalmente a la Unidad de Quimioterapia de Lunes a Viernes de 08:45 a 19:45 horas y los días Sábados a partir desde las 09:00 a 14:00 horas.

Infórmese en nuestra institución sobre el Programa de Apoyo Integral para el paciente y su familia; **“Estamos Contigo”**. Éste cuenta con distintos beneficios, dependiendo del diagnóstico del paciente. Algunos de estos beneficios son Charlas Educativas, Grupos de Apoyo y Terapias Individuales.

### PARA SU CONOCIMIENTO

Es un muy importante que usted sepa que los medicamentos que se le administrarán serán preparados en una unidad externa, lo cual se realizará bajo los máximos estándares de seguridad con el fin de otorgarle una atención de calidad. Por lo mencionado anteriormente, una vez que nuestro equipo de enfermería confirme su hora de atención se enviará a preparar su medicamento. En el caso que NO pueda asistir debe dar aviso de inmediato al menos 1 día hábil antes de su hora agendada a la Unidad de Quimioterapia, con el fin de suspender la preparación del medicamento y evitar el eventual cobro.

**Número Unidad de Quimioterapia:** + (56) 2 2599 2932.

**Horario de atención:** Lunes a Viernes de 08:45 a 19:45 horas y los días Sábados a partir desde las 09:00 a 14:00 horas





*Este manual es un instrumento de consulta ante dudas que surjan durante su tratamiento, sin embargo no debe olvidar que nosotros estamos trabajando de forma continua para entregarle todo nuestro apoyo y profesionalismo antes, durante y después de su tratamiento.*



#### **Ubicación**

General Holley 2381, Piso 3 Providencia,  
Santiago, Chile.

#### **Horario de atención**

Lunes a Viernes de 8:45 hrs a 19:45 hrs.  
Sábados de 9:00 hrs a 14:00 hrs.

#### **Correo electrónico**

[unidadquimioterapia@oncovida.cl](mailto:unidadquimioterapia@oncovida.cl)

#### **Teléfono de contacto**

+ (56) 2 2599 2932