ROSWELL PARK COMPREHENSIVE CANCER CENTER | PATIENT EDUCATION

Centro de Cáncer Comprensivo Roswell Park | Educación al Paciente

Precauciones para Pacientes Neutropénicos en Alto Riesgo de Infecciones

¡IMPORTANTE!

Estas precauciones son para pacientes adultos cuya neutropenia es lo suficientemente grave como para ponerlos en alto riesgo de infecciones. Esto incluiría a pacientes con cáncer de sangre que se espera que sean severamente neutropénicos por más de 10 días.

La mayoría de los pacientes que reciben tratamiento para tumores sólidos (p. ej., mama, colon) solo tendrán neutropenia por poco tiempo y no necesitarán seguir muchas de estas estrictas precauciones.

Su médico le aconsejará qué precauciones neutropénicas, si las hay, debe seguir durante su tratamiento. Gracias.

Los neutrófilos son un tipo de glóbulo blanco que ayuda a su cuerpo a combatir las infecciones. La *neutropenia* es un número anormalmente bajo de neutrófilos. Por lo tanto, tiene un mayor riesgo de infecciones cuando tiene neutropenia.

La neutropenia puede deberse a varias causas, incluida la quimioterapia. No todas las personas con neutropenia tienen el mismo nivel de riesgo de contraer una infección.

Varios factores pueden afectar su nivel de riesgo, como:

- el tipo de cáncer que tenga
- el tipo de tratamiento contra el cáncer que está recibiendo
- cualquier otro problema médico que pueda tener
- qué tan bajo ha caído su recuento de neutrófilos (gravedad)
- cuánto tiempo ha tenido neutropenia

Estas recomendaciones son una guía general para ayudarle a protegerse contra una infección hasta que su propio sistema inmunológico pueda volver a hacer su trabajo. Hable con su médico sobre los riesgos de infección y las precauciones específicas que debe seguir.

Recomendaciones Generales

- Tómese la temperatura, por vía oral, 4 veces al día. **Llame a su médico de inmediato si su temperatura oral es superior a 100.4 °F (38 °C).**
- Trate de hacer algún ejercicio de bajo impacto, como caminar, todos los días.
- Siempre hable con su médico antes de recibir cualquier vacuna. Algunos, como los que tienen virus vivos, no son apropiados para ciertos pacientes que reciben quimioterapia.
- Por lo general, no se recomiendan los medicamentos naturopáticos y otros medicamentos alternativos para los pacientes que reciben quimioterapia. Si tiene preguntas sobre alguno de estos productos, discútalas con su médico.
- Discuta cualquier plan de viaje con su médico.

No use un termómetro rectal o un supositorio rectal.

Evite…

- personas que tienen un resfriado o alguna enfermedad contagiosa como la varicela o la gripe
- actividades que pueden causar lesiones como andar en bicicleta, patinar en ruedas, esquiar y patinar
- flores frescas, plantas y agua estancada
- transporte público, cuando sea posible. Si no puede evitarlo, úselo cuando esté menos concurrido
- áreas donde puede haber altos niveles de polvo o moho, tales como sitios de construcción, sótanos húmedos, etc.

Medicamentos

Dependiendo de su historial médico y del tipo de quimioterapia que reciba, su médico puede recetarle una inyección de CSF (factor estimulante de colonias), como filgrastim / Neupogen®) o pegfilgrastim / Neulasta®, para acortar el tiempo que tendrá neutropenia. Su médico puede prescribir antibióticos para prevenir infecciones.

No use aspirina, acetaminofeno o cualquier otro medicamento para reducir la fiebre sin consultar primero con su médico.

Evitar Infecciones y Lesiones

- Siempre use zapatos cuando esté al aire libre y zapatos o zapatillas cuando esté adentro para evitar cortes en sus pies.
- Tenga cuidado de evitar cortes o muescas cuando utilice tijeras, agujas o cuchillos.
- Las mujeres deben usar toallas sanitarias, no tampones.
- Cuando sea posible, debe contactar a su médico antes de que le realicen un trabajo dental. Si tiene un trabajo dental de emergencia, debe informar a su dentista que está recibiendo quimioterapia y darle su recuento de glóbulos blancos más reciente.

No…

- comparta utensilios (tenedores, cucharas y cuchillos), vasos o platos con cualquier otra persona
- comparta toallas con cualquier otra persona. Use una toalla limpia cada vez que se bañe

- use sorbetes más de una vez. Tenga cuidado de no raspar o cortar el interior de la boca con el sorbete
- brinde atención directa a cualquier tipo de mascota. No debe cortarles las uñas, acicalarlas o bañarlas
- limpie las jaulas de pájaros, las cajas de arena o los tanques de peces; pida que otra persona haga estas tareas
- utilice la aspiradora o limpie el polvo: salga de la habitación mientras otra persona realiza estas tareas
- use productos de cuidado personal o de salud que puedan dañar las membranas mucosas, incluidos tampones, supositorios rectales o vaginales, enemas, duchas vaginales, termómetros rectales, etc.

Cuidado Bucal

- Use un cepillo de dientes suave y páselo por debajo de agua tibia para hacerlo aún más suave. Si necesita algo más suave, use una esponja oral (toothette), que es similar a un Q-tip pero tiene una esponja en el extremo en lugar de algodón.
- Cuide bien sus dientes y su boca – cepille sus dientes suavemente antes y después de las comidas (alrededor de 3 a 4 veces por día).
- Puede usar hilo dental suavemente todos los días si puede hacerlo sin causar traumas en las encías.
- Use un enjuague bucal antiséptico sin alcohol, sin peróxidos, como Biotene® todos los días.

Cuidado de la Piel

- **Lavarse las manos con jabón o un producto antimicrobiano es la acción más importante que puede tomar para prevenir una infección.** Lávese las manos con frecuencia, antes y después de comer, y después de ir al baño.
- Lávese diariamente. Seque suavemente la piel con una toalla, no la frote.
- Limpie sus áreas genitales y rectales bien después de la micción, los movimientos intestinales y la actividad sexual. La mujer debe limpiar el área de adelante hacia atrás.
- Proteja sus manos. Use guantes de goma al lavar los platos; guantes de cocina para cocinar / hornear; y guantes de protección en cualquier situación en la que pueda rascarse o cortarse. (La jardinería no se recomienda para pacientes neutropénicos).
- Use desodorante en lugar de antitranspirante. Los antitranspirantes pueden bloquear sus glándulas sudoríparas y posiblemente aumentar su riesgo de infección.
- Use una máquina de afeitar eléctrica en lugar de una hoja de afeitar para evitar roturas en la piel.
- Evite las quemaduras solares. Use un protector solar con un SPF de 30 o más.
- Si se corta o se raspa, límpielo de inmediato con agua y jabón. Use una crema antiséptica y luego manténgala cubierta con una venda hasta que el área sane. Mantenga el vendaje limpio y seco. Reemplace el vendaje si se ensucia o moja.

No…

- mastique, corte o arranque las cutículas alrededor de sus uñas
- hágase un trabajo cosmético en las uñas que podría lesionar sus cutículas o piel
- use uñas artificiales o extensores de uñas
- exprima ni rasque las espinillas

Actividad Sexual

Si su médico le ha dicho que se permite la actividad sexual, siga estas pautas para reducir el riesgo de infección:

- A menos que esté en una relación monógama a largo plazo, considere evitar la actividad sexual mientras esté neutropénico.
- Evite las prácticas sexuales que podrían resultar en la exposición oral a las heces o que podrían causar lesiones en los tejidos, como el sexo anal.
- Considere usar un condón de látex para reducir los riesgos de contraer una infección.
- Si necesita lubricación durante la actividad sexual, use un lubricante soluble en agua como la gelatina K-Y®.
- Informe cualquier signo de infección, como secreción, comezón, olor, sangrado o dolor durante las relaciones sexuales.

Alimentación y Digestión

- Lave todas las frutas y verduras frescas antes de comerlas o beberlas.
- El agua del grifo municipal está bien para beber. Si no tiene acceso al agua del grifo municipal, use agua hervida o embotellada que esté etiquetada como *destilada*, o que haya sido tratada con ósmosis inversa o un filtro Absoluto de un micrómetro.
- Prevenga el estreñimiento. Beba muchos líquidos y considere usar un ablandador de heces para ayudar a prevenir el esfuerzo.
- Consulte el folleto de Roswell Park's **Dietas Bajas en Microbios para Pacientes Ambulatorios** para conocer las pautas específicas de alimentos, una lista de las aguas embotelladas que son seguras para beber y las pautas de seguridad alimentaria para salir a cenar.

No…

- beba de fuentes de agua públicas
- use un supositorio o enema a menos que lo haya discutido primero con su médico
- coma alimentos caducados o en mal estado
- coma carne, huevos o pescado crudos o poco cocidos; leche o queso que no estén pasteurizados; o hierbas y especias crudas

Cuándo Llamar a Su Médico

Si experimenta alguno de los siguientes síntomas, llame a su médico de inmediato.

- Fiebre de 100.3 °F (38 °C), escalofríos o sudores (a veces, la fiebre es el único signo de infección)
- Enrojecimiento, dolor, sensibilidad, hinchazón o drenaje:
  - en un sitio IV o línea central
  - en la piel irritada, incluyendo la axila, las nalgas, la boca, los genitales o el área anal
  - de cualquier tubo (tubo de alimentación, catéter urinario, tubo de drenaje), corte o llaga
- Dolor o ardor al orinar

- Orina con un olor inusual; o comezón o secreción vaginal
- Llagas, manchas blancas o hinchazón en la boca; sus encías cambian de color
- Dificultad para respirar, sensación de presión en el pecho, congestión o tos productiva (tos con mucosidad o flema)
- Diarrea o cambios en el olor, la textura o la frecuencia de los movimientos intestinales
- Sentirse como si estuviera contrayendo gripe, incluso si no tiene ninguno de los otros síntomas enumerados

Información Adicional

- Los glóbulos blancos (white blood cells, WBC), los glóbulos rojos (red blood cells, RBC) y las plaquetas son producidos por la médula ósea.
- Los neutrófilos son los "primeros en responder" de su sistema inmunológico cuando se lesiona o cuando una sustancia extraña, como una bacteria o virus que causa una enfermedad, invade su cuerpo.
- Los neutrófilos solo viven de 7 a 12 horas. Su médula ósea debe continuamente hacer más para reemplazar a los neutrófilos maduros que han muerto.
- Algunos tratamientos para el cáncer pueden disminuir temporalmente la actividad en su médula ósea y evitar que su cuerpo produzca nuevas células sanguíneas.
- Cuando su recuento de neutrófilos cae más bajo de cierto nivel, se considera que tiene neutropenia o que es neutropénico.
- Ser neutropénico significa que usted es más susceptible a las infecciones.
- Tomar precauciones básicas puede reducir la posibilidad de desarrollar una infección durante la neutropenia.
- Su médico toma en cuenta cualquier otro problema de salud que tenga cuando decida si se necesitan o no precauciones neutropénicas y qué tan estrictas deberían ser esas precauciones.
- Los signos de infección pueden reducirse o ausentarse durante la neutropenia. Por ejemplo, podría contraer una infección en la piel o en los pulmones (neumonía), pero no tener pus ni esputo. A veces, la fiebre es el único signo de infección. Los sitios comunes de infección en personas con neutropenia incluyen el tracto digestivo (llagas o ulceraciones, diarrea), pulmones (tos, falta de aire al respirar), tracto urinario (micción dolorosa o frecuente, orina turbia o con sangre), piel y membranas mucosas.
- Siempre consulte con su médico acerca de su recuento de glóbulos blancos y su riesgo actual de infección. Si tiene neutropenia, seguir las precauciones que su médico le indique serán las más beneficiosas para usted. Pregúntele a su médico cuánto tiempo debe seguir estas recomendaciones.