

Hormigueo y entumecimiento -la neuropatía periférica (PN)

Resumen

La neuropatía periférica, o PN, ocurre cuando se dañan los nervios periféricos. Los nervios periféricos son nervios ubicados fuera del cerebro y la columna vertebral. Hay dos clases de nervios periféricos. Los **nervios sensoriales** le ayudan a sentir dolor, tacto, temperatura, posición y vibración. Los **nervios motores** le ayudan a moverse y mantener el tono muscular. Los pequeños nervios sensoriales en los dedos de manos y pies, y en las manos, los pies, los brazos y las piernas, son los que se afectan con más frecuencia.

Si su quimioterapia puede dañar los tejidos de los nervios, se le preguntará por síntomas de PN **antes** de comenzar la quimioterapia para establecer una línea de base. La PN podría comenzar más temprano o podría ser más grave en las personas que ya tienen síntomas de PN.

Sintomas

- La potencia y la dosis de su quimioterapia juegan un papel en la PN. Los síntomas pueden aparecer después de que el/los medicamento/s se haya(n) acumulado en su sistema a lo largo de varios tratamientos.
- Los síntomas de PN generalmente aparecen en un patrón “media-guante”, o sea que no se pasan de las muñecas o los tobillos.
- Los síntomas pueden incluir entumecimiento, hormigueo (como agujas y alfileres), una sensación de ardor o apretón, una sensibilidad disminuida a las temperaturas calientes o frías, y/o sensaciones aumentadas o disminuidas de presión o dolor. Los síntomas pueden:
 - aumentar su riesgo de lesionarse (quemarse porque no podía sentir que la olla o el agua estaban calientes o que se le infecte una cortadura porque no sabía que la tenía)
 - hacerle difícil de abotonar o cerrar la cremallera de la ropa
 - causar dolor cuando cierta tela le toque la piel
- Aunque es menos común, los nervios motores pueden ser afectados por la PN. Los síntomas incluyen mareos al pararse o incorporarse rápidamente, problemas con el

equilibrio o al caminar, problemas con orinar o evacuar las heces y cambios en la presión sanguínea o la regularidad del latido del corazón (pulso).

- En muchos casos, la PN mejora gradualmente a lo largo del tiempo cuando el tratamiento se haya terminado. Para algunos medicamentos como el cisplatino y el oxaliplatino, puede intensificarse antes de mejorar.
- Hasta la fecha no se conoce ninguna forma de prevenir la PN. Los resultados de los estudios hasta hoy han sido mixtos o inconclusos, de modo que continúa la investigación.

¿Tiene neuropatía periférica?

- ✓ Manténgase lo más activo que pueda para ayudar a que los músculos sigan funcionando. Si hace ejercicio en un gimnasio, dígame al instructor que padece de neuropatía periférica y pida instrucciones.
- ✓ Los masajes a los pies y las manos pueden ayudar a aliviar la rigidez. Después del masaje, acuérdesese de limpiarse las lociones y cremas de las manos y los pies.
- ✓ Pida que otra persona chequee la temperatura del agua antes de ducharse, lavar los trastos, etc. Si no hay nadie disponible, pruebe el agua usando un termómetro o use una parte del cuerpo que no esté afectado por PN.
- ✓ Deshágase de los tapetes o cualquier otro obstáculo que pueda aumentar su riesgo de caer o tropezarse.
- ✓ Guantes para el horno, guantes, calcetines y zapatos – proteja las manos y los pies, particularmente cuando esté manejando artículos calientes o si está al aire libre en mal tiempo.
- ✓ Pregunte por entrenamiento de equilibrio y/o terapia física o laboral.
- ✓ Tenga un cuidado especial cuando esté en la ducha, en las escaleras o manejando artículos afilados.
- ✓ Pregunte si le convendría usar un andador u otro dispositivo de asistencia.
- ✓ El Centro Roswell para Atención de Apoyo puede ayudar con las maneras más actualizadas para manejar los síntomas de PN.
- ✓ Pídale a su enfermero el folleto de educación de paciente, *Peripheral Neuropathy* [Neuropatía Periférica] para más información. Este folleto también está disponible:
 - en el Centro de Recursos (abierto 9 a. m. – 4 p. m., lunes a viernes. Ubicado en el primer piso del hospital, dentro de la cafetería.)
 - en la Biblioteca de Salud en el Portal para Pacientes