

¿Preocupado por la diarrea?

La diarrea es la evacuación intestinal de heces (popó) flojas y líquidas frecuente, incluidas las heces blandas que son difíciles de contener (incontinencia), o la necesidad de defecar con más frecuencia de lo habitual.

Lo mejor es tratar la diarrea a medida que se desarrolla. La diarrea puede ser causada por tratamientos contra el cáncer de quimioterapia o radioterapia en el abdomen. Informe a su equipo de atención de cáncer cualquier efecto secundario nuevo que esté experimentando. En especial, informe a su doctor si la diarrea es grave o aumenta en cantidad o frecuencia.

La diarrea leve generalmente no resulta en problemas graves, aunque puede ser incómoda. La diarrea severa puede causar deshidratación y desequilibrio electrolítico como resultado de la pérdida de agua, que puede provocar insuficiencia renal. Beba agua y refrescos deportivos a menudo para mantenerse hidratado.

La Diarrea

La prevención y el tratamiento de la diarrea

La prevención y el mejor tratamiento dependerán de sus síntomas y de la causa de su diarrea. Pregunte a su doctor si necesita medicamentos para prevenir la diarrea como loperamide (*Imodium*) o recetados como diphenoxylate/atropine (*Lomotil*). Siempre es mejor consultar con su doctor dada su situación médica única.

Tiene opciones para ayudar a controlar la diarrea leve:

- Evite la cafeína, el alcohol, los alimentos lácteos, las grasas, el jugo de naranja o de ciruela y la comida picante.
- Evite tomar un medicamento laxativo, un ablandador de heces o metoclopramide (*Reglan*), que se usa para prevenir las náuseas y los vómitos provocados por la quimioterapia pero que puede causar que las heces sean más blandas.
- Coma platos pequeños con frecuencia y elija comidas fáciles de digerir, como plátanos, arroz, puré de manzanas y tostadas. Su doctor puede recomendar una dieta baja en residuos que incluye alimentos bajos en fibra.
- Beba agua y otros líquidos claros para prevenir la deshidratación. Las personas con deshidratación grave pueden requerir líquidos por vía intravenosa (IV), que es cuando un proveedor de salud administra líquido al cuerpo a través de una vena.
- Si la diarrea es un resultado del mal funcionamiento del páncreas, puede que ayude reponer encimas pancreáticas. Esto ocurre con algunos pacientes de cáncer pancreático.
- Si su doctor determina que la diarrea es el resultado de una infección, puede prescribir un antibiótico para tratarlo de manera efectiva.
- Si la diarrea es severa a causa de la quimioterapia, pregunte a su doctor si puede cambiar el horario o la dosis de la quimioterapia.

Contenido adaptado del sitio web a continuación.

Recursos en Español:

- [NIH, Instituto Nacional Del Cáncer, La Diarrea](#)
- [Cancer.Net, La Diarrea](#)
- [Chemocare, La Diarrea y la quimioterapia](#)
- [American Cancer Society, La Diarrhea](#)