

## **Pérdida del apetito** [1]

Esta sección ha sido revisada y aprobada por la [Junta editorial de Cancer.Net](#) [2], 11/2014

Los cambios en el apetito son frecuentes si tiene cáncer y recibe tratamiento contra el cáncer. Las personas con poco apetito o pérdida del apetito pueden comer menos que lo habitual, no sentir hambre para nada o sentirse saciados después de comer solo una pequeña cantidad. La pérdida continua del apetito puede producir [pérdida de peso](#) [3], que el cuerpo no reciba los nutrientes que necesita de los alimentos, y pérdida de masa muscular y fuerza, todas graves complicaciones. La combinación de pérdida de peso y pérdida de masa muscular se denomina caquexia o emaciación.

### **Causas**

La pérdida del apetito en una persona con cáncer tiene muchas causas.

- Algunos tipos de cáncer, incluidos ovárico, pancreático y gástrico, pueden provocar pérdida del apetito, generalmente al afectar el metabolismo de una persona, que es el proceso mediante el cual el cuerpo descompone los alimentos y los convierte en energía.
- [Cáncer en etapa avanzada](#) [4]
- Algunos cánceres pueden provocar el agrandamiento del bazo. Si el bazo aumenta de tamaño, puede empujar al estómago, lo que crea sensación de saciedad.
- [Ascitis](#) [5], que es una acumulación de líquido en el abdomen, que puede crear una sensación de saciedad incluso después de haber comido solo una pequeña cantidad de alimentos.
- Medicamentos, incluidos quimioterapia, inmunoterapia y los fármacos denominados tranquilizantes, que provocan sensación de calma o somnolencia.
- Radioterapia o cirugía en cualquier parte de los órganos gastrointestinales, como el estómago o los intestinos
- Otros efectos secundarios del tratamiento contra el cáncer, por ejemplo:
  - [Náuseas y vómitos](#) [6]
  - [Llagas](#) [7] y dolor en la boca
  - Infecciones en la boca
  - [Sequedad bucal](#) [8]
  - [Dificultad para tragar](#) [9]
  - [Dificultad para masticar](#) [10]
  - [Cambios en el gusto](#) [11] y el olfato.

- Estreñimiento [12]
- Dolor [13]
- Fatiga [14]
- Depresión [15]

## Manejo

Un aspecto importante de la atención y el tratamiento del cáncer es aliviar los efectos secundarios, lo que también se denomina manejo de los síntomas, cuidados paliativos [16] o atención de apoyo. Hable con su equipo de atención médica sobre cualquier síntoma que experimente, incluido cualquier síntoma nuevo o un cambio en los síntomas.

Si es posible, el primer paso en el tratamiento de la pérdida del apetito es abordar la causa subyacente. El tratamiento para las afecciones como las llagas en la boca, la sequedad bucal, el dolor o la depresión pueden ayudar a mejorar el apetito.

Los tratamientos para la pérdida del apetito y la pérdida de peso relacionada pueden incluir medicamentos que aumentan el apetito y medicamentos que ayudan en el tránsito intestinal de los alimentos. Estos medicamentos incluyen los siguientes:

- El acetato de megestrol (Megace) o medroxiprogesterona son formas de la hormona progesterona que pueden mejorar el apetito y el aumento de peso.
- Los medicamentos esteroides pueden aumentar el apetito, mejorar la sensación de bienestar de una persona y ayudar a aliviar las náuseas, la debilidad o el dolor. Debido a los efectos secundarios graves, los esteroides deben usarse solo por un tiempo corto.
- La metoclopramida (Reglan) puede evitar la sensación de saciedad antes de comer una cantidad suficiente de alimentos.
- El dronabinol (Marinol), un cannabinoide producido en el laboratorio, puede estimular el apetito.
- Se están estudiando otros medicamentos para ayudar a las personas con cáncer a mejorar su apetito y aumentar de peso.

Los medicamentos que ayudan en el tránsito intestinal de los alimentos, los suplementos nutricionales bebibles y la alimentación por sonda, que consiste en usar una sonda que va de la nariz al estómago, también pueden ser útiles.

Aunque es posible que no tenga ganas de comer, recuerde que la buena nutrición y el mantenimiento de un peso saludable son importantes en la recuperación. Además, comer bien puede ayudarlo a sobrellevar mejor los efectos del cáncer y del tratamiento contra el cáncer, tanto física como emocionalmente. Tenga en cuenta los siguientes consejos para tener una nutrición adecuada cuando tiene poco apetito:

- Ingiera cinco o seis comidas pequeñas por día y coma algún bocadillo cada vez que tenga hambre.
- Determine en qué horarios del día siente hambre, asegúrese de comer a esos horarios y no limite la cantidad que come.
- Coma bocadillos nutritivos que tengan alto contenido calórico y proteico, por ejemplo, frutas secas, nueces, yogur, quesos, huevos, batidos de leche, helado, cereal, budín y barras de

granola.

- Tenga siempre a mano sus comidas preferidas para tomar como bocadillos.
- Agregue calorías y proteínas a los alimentos: incorpóreles salsas, fondos de cocción, mantequilla, queso, mantequilla de maní, crema y nueces.
- Beba líquidos entre las comidas en vez de hacerlo con las comidas. Beber durante una comida puede darle sensación de saciedad demasiado pronto.
- Elija bebidas nutritivas o que produzcan saciedad, como la leche o los licuados o batidos de leche nutritivos.
- Solicite a familiares o amigos que traigan comestibles y le preparen la comida cuando usted está demasiado cansado para comprar o cocinar, y considere comprar comidas precocinadas.
- Intente comer en un entorno agradable, y hágalo con familiares o amigos.
- Intente colocar los alimentos en platos más pequeños en lugar de platos grandes.
- Si el olor o el sabor de los alimentos le producen náuseas, coma alimentos que estén fríos o a temperatura ambiente, para disminuir el olor y el sabor.
- Sin embargo, si está teniendo problemas con el sabor de los alimentos, intente agregarles especias y condimentos para que sean más atractivos.
- Si experimenta cambios en el gusto, como un gusto metálico en la boca, chupar caramelos duros como mentas o pastillas de limón antes de hacer una comida puede ser útil.
- Pregúntele a su médico las maneras de aliviar los síntomas gastrointestinales, como las náuseas, los vómitos y el estreñimiento, o si tiene dificultad para manejar el dolor.
- Intente hacer ejercicio suave, como caminatas de 20 minutos, aproximadamente una hora antes de las comidas para estimular el apetito. Consulte a su equipo de atención médica antes de comenzar con un programa de ejercicios. El ejercicio [17] también ayuda a conservar la masa muscular.
- Reúnase con un dietista matriculado para recibir más consejos sobre la planificación de las comidas.

## Más información

Planificación de comidas y compra de comestibles [18]

Efectos secundarios [19]

---

### Links:

[1] <http://www.cancer.net/node/18340>

[2] <http://www.cancer.net/about-us>

[3] <http://www.cancer.net/es/node/18339>

[4] <http://www.cancer.net/es/node/18341>

[5] <http://www.cancer.net/es/node/18331>

[6] <http://www.cancer.net/es/node/18336>

[7] <http://www.cancer.net/es/node/18335>

[8] <http://www.cancer.net/es/node/18351>

[9] <http://www.cancer.net/es/node/18321>

[10] <http://www.cancer.net/es/node/18319>

[11] <http://www.cancer.net/es/node/18314>

[12] <http://www.cancer.net/es/node/18326>

[13] <http://www.cancer.net/es/desplazarse-por-atenci%C3%B3n-del-c%C3%A1ncer/control-de-efectos->

secundarios/dolor

[14] <http://www.cancer.net/es/node/18327>

[15] <http://www.cancer.net/es/node/30361>

[16] <http://www.cancer.net/es/node/18376>

[17] <http://www.cancer.net/es/node/32071>

[18] <http://www.cancer.net/es/node/32056>

[19] <http://www.cancer.net/es/node/25911>