

**RECOMENDACIONES GENERALES FRENTE A LOS EFECTOS
ADVERSOS MÁS FRECUENTES QUE PUEDEN APARECER CON LOS
ANTINEOPLÁSICOS ORALES**

▪ **SI APARECIERAN NÁUSEAS Y VÓMITOS:**

- Si vomita en la media hora siguiente a la administración, volver a administrar; si pasa más de media hora, no.
- Realizar comidas ligeras, 5-6 veces al día, y evitar alimentos muy calientes.
- Permanecer en reposo al menos 60 minutos tras comidas abundantes.
- Evitar olores fuertes.
- En caso de náuseas matutinas, comer alimentos secos y evitar bebidas gaseosas, tabaco y alcohol.

▪ **SI APARECIERAN DIARREAS:**

- Ingerir abundantes líquidos (2 litros/día) en pequeños sorbos.
- Comida astringente. Ejemplo: arroz blanco, sopa de fideos, patata cocida, pollo o pescado a la plancha o hervidos, jamón cocido, manzana rallada sin piel, o cocida o asada, plátano, yogur natural sin frutas ni cereales añadidos. Y continuar con una buena hidratación. Una vez transcurrida esta fase, se va tendiendo hacia la normalidad y se introduce fibra, poco o poco, para ver qué tal sienta. Siempre de forma progresiva, sin prisas, y dejando para el final los alimentos más agresivos como son las legumbres enteras, las ensaladas, las frutas crudas, los cereales integrales y la leche.
- Seguir la recomendación médica sobre el tratamiento con Loperamida (antidiarreico). Indicación: 2 comprimidos de 2 mg tras la primera deposición diarreica, seguidos de 1 comprimido después de cada deposición (dosis máxima: 8 comprimidos/día).

▪ **SI APARECIERAN REACCIONES CUTÁNEAS**

- Evitar la exposición prolongada al sol; usar crema protectora.
- Utilizar maquillaje hipoalérgico, gel de ducha y champús neutros, agua tibia y cremas hidratantes sin alcohol.