

NUTRICIÓN ONCOLÓGICA: TU ALIADA DURANTE EL TRATAMIENTO



1 ¿POR QUÉ LA NUTRICIÓN ES TAN IMPORTANTE?

Entre el **30%** y el **85%** de las personas con cáncer enfrentan desnutrición durante el tratamiento^[1].

La desnutrición puede agudizar los efectos secundarios, disminuir la calidad de vida y estar involucrada en hasta el **20% de las muertes** en pacientes oncológicos^[1].

2 CONSECUENCIAS DE LA DESNUTRICIÓN:



Pérdida de masa muscular, que empeora la movilidad y **debilita el cuerpo**^[1].

Mayor toxicidad y **menos tolerancia** a la quimioterapia o radioterapia^[1].



Aumenta el riesgo de infecciones, complicaciones y hospitalizaciones más largas^[2].



3 ¿CÓMO AYUDA UNA BUENA NUTRICIÓN?

- **Mantiene peso y masa muscular**, vital para tolerar tratamientos^[3].
- **Reduce interrupciones en el tratamiento** y mejora el estado general^[2].
- **Mejora la calidad de vida**, al aportar energía, fuerza y bienestar^[3].



4 ¿QUÉ ACCIONES DEBEMOS SEGUIR?



Detección temprana:

Evaluar el estado nutricional al inicio y durante el tratamiento (peso, apetito, fuerza).

Intervención profesional:

- Dieta adecuada en **calorías, proteínas, frutas y vegetales**.
- Suplementos orales o nutrición vía sonda o intravenosa cuando sea necesario^[3].



Equipo multidisciplinario:

Nutriólogos trabajan con médicos, enfermeras y rehabilitación para un **plan personalizado**^[4].



EN RESUMEN:

- **La nutrición no es opcional:** es parte esencial del tratamiento oncológico.
- Un plan nutricional adecuado fortalece tu cuerpo, mejora tu recuperación y **calidad de vida**.
- **Consulta con un especialista** para recibir evaluación, orientación y apoyo continuo.



TE TOCA

Referencias

1. Arends J, et al. Clin Nutr. 2017;36(1):11–48.
2. "Better care through better nutrition: value and effects of medical nutrition"–Medical Nutrition Industry; 2020.
3. Vega M, et al. Eur Surg. 2025;57:242–254.
4. ESPEN factsheet "Nutrition and Cancer"; 2023.

Content ID: FA-11597799
Fecha de expiración: 02/02/2028
Consulte a su médico