



información para los padres de niños con cáncer

2

MEDIDAS DE HIGIENE,  
ALIMENTACIÓN Y CUIDADOS



**son Espases**

hospital universitari

## **Información para los padres de niños con cáncer**

---

---

### **2. Medidas de higiene, alimentación y cuidados**

### **Autoras**

Àngels Pérez Artigas  
Enriqueta Casas Vera

Enfermeras. Hospital de Día Pediátrico  
Hospital Universitari Son Espases

### **Colaboradores**

Arturo Bernaldo de Quirós Pérez. Enfermero. Unidad de Oncología Pediátrica  
José Antonio Salinas Sanz. Pediatra. Oncología Pediátrica  
Juan Manuel Gavala Arjona. Supervisor de Enfermería Oncológica Pediátrica  
M<sup>a</sup> Dolores Vicente Nadal. Supervisora de Enfermería. Hospital de Día Pediátrico  
M<sup>a</sup> Isabel Hernández Bernal. Pediatra. Oncología Pediátrica  
Mercedes Guibelalde del Castillo. Pediatra. Oncología Pediátrica  
Rosa M<sup>a</sup> Fullana Tudurí. Enfermera. Oncología Pediátrica y Cuidados Paliativos Pediátricos  
Susana Jordá Martí. Enfermera. Unidad de Oncología Pediátrica

### **Agradecimientos**

Equipo de Enfermería del Hospital de Día Pediátrico del HUSE  
Equipo de Enfermería de la Unidad de Oncología Pediátrica del HUSE

**Edita**  
Hospital Universitari Son Espases  
Ctra. de Valldemossa, 79  
07120 Palma de Mallorca

**Maquetación**  
Servei d'Audiovisuals HUSE

**Corrección y traducción**  
Servei Lingüístic HUSE

# Índice

<b>1. INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>7</b>
<b>2. ALIMENTACIÓN</b> .....	<b>7</b>
2.1. Recomendaciones generales .....	8
2.2. Recomendaciones específicas .....	9
2.3. Normas a seguir si el niño está en fase de Neutropenia (bajo de defensas) .....	13
<b>3. EL SOL</b> .....	<b>15</b>
3.1. Horario de exposición al sol .....	16
3.2. Cremas y filtros solares .....	16
3.3. Otras medidas protectoras del sol .....	16
3.4. Cuidado con los bebés .....	17
<b>4. HIGIENE</b> .....	<b>17</b>
4.1. El niño inmunodeprimido en el hospital .....	17
4.2. El niño inmunodeprimido en casa .....	18
4.3. Higiene personal: cuidado de la piel, del pelo y de las mucosas .....	18
4.4. El niño debe hacer una vida tan normal como sea posible	19
4.5. Efectos secundarios en la piel y en las mucosas en los tratamientos con radioterapia .....	20
4.6. Cuidados de la mucositis .....	20
4.7. La autoimagen y la autoestima .....	20
<b>5. ANIMALES DE COMPAÑÍA</b> .....	<b>21</b>
5.1. Ventajas de un animal de compañía .....	21



### 1. INTRODUCCIÓN

El objetivo de esta Guía es proporcionarles una información, breve y sencilla, con las pautas que deben seguir en su domicilio cuando el niño sea dado de alta del hospital.

Al estar en casa, las familias se encuentran con situaciones que no saben cómo afrontar y que les generan ansiedad. Esta Guía puede serles de gran ayuda para consultar las dudas que les puedan surgir o para aclarar los conceptos básicos. De todas formas, si les surgen preguntas sobre algunos cuidados específicos de su hijo, el equipo médico y el de enfermería de la planta 1, módulo D y del Hospital de Día Pediátrico (HDDP) estarán siempre a su disposición.

Deben tener en cuenta que la información que les proporciona esta Guía es orientativa. En ningún caso, debe sustituir las indicaciones del médico ni de la enfermera.

### 2. ALIMENTACIÓN

Las necesidades de alimentación de los niños en tratamiento con quimioterapia son diferentes de las que suelen ser adecuadas para la población sana, lo que puede confundir a los padres.

En esta Guía les damos consejos que están pensados para recuperar la fuerza y la energía, ya que la alimentación de los pacientes se ve afectada, en buena medida, por los tratamientos.



---

## Información para los padres de niños con cáncer

La mayoría de los tratamientos de quimioterapia tienen efectos secundarios que afectan a la alimentación:

- Disminución del apetito
- Náuseas y/o vómitos
- Diarrea o estreñimiento

Además, puede aparecer:

- Inflamación y úlceras en la boca.
- Dolor de las mucosas de: labios, boca y garganta.
- Cambios en el sabor y en el olor de las comidas.
- Saciedad precoz tras la ingesta.
- Rechazo de alimentos que antes le gustaban.

La mayoría de los tratamientos de radioterapia tienen efectos secundarios que afectan a la alimentación.

- Depende de la zona irradiada, en la cabeza y/o en el cuello les produce una sequedad importante de la piel y de las mucosas (labios, boca y cuello) que puede afectar a la alimentación.

COMER BIEN ES IMPORTANTE SIEMPRE,  
EN EL NIÑO ONCOLÓGICO  
AÚN LO ES MÁS.

Un niño bien nutrido:

- Tolera mejor el tratamiento.
- Presenta menos infecciones.
- Mejora su calidad de vida durante la enfermedad.

### 2.1. RECOMENDACIONES GENERALES

- El niño tiene que realizar entre 5 y 6 comidas pequeñas al día.
- Adapte el horario de las comidas al niño. Por la mañana, se toleran aportes calóricos más altos.
- Debe hacer una buena higiene bucal antes de ingerir alimentos. Si lo precisa, tiene que usar un colutorio para la mucositis.
- Tiene que beber, preferiblemente, después de las comidas y evitar las bebidas gaseosas.
- Hay que evitarle los olores y los sabores fuertes de la comida.
- Ofrézcale los alimentos que más le gusten.



## Medidas de higiene, alimentación y cuidados

---

- Manténgalo entretenido: contarle un cuento, ver la tele...
- Adapte la textura y la consistencia de los alimentos a la situación del niño.
- Dele los alimentos cocinados al horno o hervidos, ya que suelen tolerarse mejor. Los alimentos fritos y rebozados producen una saciedad precoz.
- Debe tomar alimentos ricos en calorías y/o proteínas (aceite de oliva, mantequilla, nata, huevos, frutos secos, helados, miel, queso, membrillo...).
- En caso de presentar dificultad para tragar y/o mucositis, tiene que tomar alimentos de consistencia blanda o triturados (canelones, purés, croquetas, tortillas...).

SI NO QUIERE COMER,  
NO HAY QUE REGAÑARLE.  
ES MEJOR DARLE UN PREMIO  
Y ESTIMULARLE CUANDO COMA.

### 2.2. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS

2.2.1. Paciente con mucositis (inflamación de las mucosas de la boca, de la garganta y del ano).

- Si tiene dificultad para tragar por el dolor y está en el hospital, deben avisar al personal de enfermería.
- Hay que evitarle los alimentos ácidos, fritos, amargos, muy salados, muy dulces o muy condimentados.
- Debe tomar, preferentemente, alimentos blandos o triturados (canelones, croquetas, purés, tortillas...).
- Si come poco, se debe valorar añadir:
  - Alimentos proteicos (queso, clara de huevo, pollo...)
  - Alimentos grasos (aceite, nata, mantequilla...)
  - Hidratos de carbono (miel, zumos no ácidos...)

2.2.2. Paciente con náuseas y/o vómitos

- Debe tomar alimentos fríos o a temperatura ambiente, de textura suave.
- Tiene que evitar: frituras, comidas ácidas o alimentos muy condimentados.

- No tiene que beber durante las comidas. Debe tomar los líquidos a pequeños sorbos.
- Evite que el niño coma en la cocina para evitarle los olores y cierre la puerta al preparar la comida.
- En el hospital, hay que destapar la bandeja de la comida fuera de la habitación para evitar la concentración de olores.
- Si los síntomas aparecen al levantarse con el estómago vacío, es mejor iniciar la ingesta con alimentos sólidos (galletas, bollos, que-litas, pan de molde...).
- No debe acostarse enseguida después de comer.

### 2.2.3. Paciente con diarrea

- Tiene que beber abundante líquido.
- No debe tomar leche ni derivados lácteos.
- Limite los alimentos grasos.
- Tiene que hacer las comidas muy fraccionadas y con poca cantidad.
- Alimentos aconsejados:
  - Agua de arroz y/o de zanahoria
  - Agua de manzana hervida, té sin cafeína...
  - Pan tostado
  - Manzana en compota, asada o hervida
  - Membrillo
  - Puré de patata y zanahoria
  - Plátano maduro
  - Pollo, pavo o ternera hervidos
  - Pescado blanco

### 2.2.4. Paciente con estreñimiento

- Hay que aumentar el consumo de fibra:
  - Cereales
  - Pan integral o pan de molde integral
  - Verdura y/o puré de verdura
  - Fruta (naranja, mandarina, ciruelas, albaricoques, kiwi...)
  - Mermelada de ciruela, de albaricoque...
- Tiene que beber abundante líquido.
- Un buen complemento es dar un paseo diario o hacer algún tipo de ejercicio físico moderado.

## Medidas de higiene, alimentación y cuidados

---

2.2.5. ¿Qué otros factores tienen relación con la aparición de los efectos secundarios?



Además del tratamiento, influyen también los factores psicológicos y de comportamiento.

La falta de apetito puede estar producida por: ansiedad, miedo, depresión o cambio de rutina.

La falta de apetito no es una causa sino una consecuencia de

la situación que el niño está viviendo.

La ansiedad también puede provocar náuseas y vómitos.

Si tiene estreñimiento, puede estar provocado por los cambios en los hábitos de ir al baño o por la falta de ejercicio físico.

2.2.6. ¿Qué hacer si el tratamiento altera el sabor de los alimentos?

Los consejos para combatir la alteración del sabor pueden variar, dependiendo del problema concreto.

Hay que aceptar que ahora rechaza un alimento, que antes del tratamiento le gustaba mucho, por mal sabor.

En algunas alteraciones del gusto, se recomienda cocinar con condimentos suaves y no darle alimentos que tengan un olor fuerte.

2.2.7. El sabor metálico

Para el sabor metálico, son recomendables los sabores fuertes: pizza, snacks salados (patatillas, ganchitos, fritos de maíz...), pero hay que tener en cuenta que estos productos tienen un alto contenido en grasa, hidratos de carbono y calorías. Se puede realzar el sabor de los alimentos con salsas, queso fundido...

Recomendaciones:

- Tiene que realizar enjuagues bucales antes y después de comer.
- Debe evitar los cubiertos y los utensilios metálicos.
- Se tienen que sustituir las carnes rojas por pollo, pavo, jamón cocido.

- Se tiene que triturar la carne y presentarla en forma de croquetas, canelones...
- Debe tomar mucho líquido para disminuir el sabor metálico.
- Puede beber unos sorbos de Coca-Cola.

2.2.8. ¿Qué pueden hacer los padres para estimular el apetito del niño?

En este caso, es muy importante que los padres utilicen su ingenio:

- Experimente con recetas que el niño no suele comer de forma habitual o que no haya comido nunca.
- Es mejor que coma pequeñas cantidades de alimentos varias veces al día.
- Añada proteínas y calorías sin aumentar el volumen de la comida.
- Use platos grandes para que parezca que hay menos comida.
- Busque trucos para hacer más apetecible la comida de su hijo.

2.2.9. Suplementación oral

Cuando, a pesar de las recomendaciones nutricionales, la ingesta del niño no cubre sus necesidades, siempre que el médico lo indique, puede utilizar suplementos nutricionales. Se recomienda tomarlos entre las comidas para que no disminuyan el apetito. Los sobres neutros (sin sabor) se pueden mezclar con la comida (dentro de purés, cremas, bechamel...).

- Se suelen pautar uno o dos envases al día.
- Pueden ser fórmulas en polvo, líquidas o de consistencia cremosa.
- En el mercado, existen múltiples preparados comerciales. Algunos de ellos precisan una receta electrónica sellada por Ib-salud.

2.2.10. ¿Cómo evitar enfermedades por contaminación y manipulación de alimentos?

- Hay que lavarse siempre las manos antes de manipular los alimentos, así como antes de comer y después de ir al baño.
- Hay que limpiar, adecuadamente, el lugar donde van a preparar los alimentos.
- Hay que lavar bien las frutas con agua.
- Hay que lavar bien las verduras con agua para retirar la tierra.
- Una vez preparados los alimentos, hay que consumirlos lo antes posible o refrigerarlos para evitar que se contaminen.

## Medidas de higiene, alimentación y cuidados

---

### 2.3. NORMAS A SEGUIR SI EL NIÑO ESTÁ EN FASE DE NEUTROPE- NIA (bajo de defensas)

- En niños con neutropenia mantenida (leucemia mieloide aguda y trasplante), la dieta debe ser más restrictiva.
- En niños con neutropenia breve, se puede ser más flexible con la dieta.

#### 2.3.1. **Paciente con neutropenia grave inferior a 500 neutrófilos**

##### Recomendaciones:

- NO debe consumir vegetales, ni verduras, ni frutas crudos.
- Debe consumir alimentos con una carga bacteriana baja.
- La olla exprés puede ser una buena aliada en la cocina ya que esteriliza los alimentos.

##### Alimentos permitidos por tener una carga bacteriana baja

###### Lácteos:

- Leche esterilizada y envasada.
- Natillas, flanes, helados, arroz con leche... (en envase comercial).

###### Pescados:

- Todo tipo de pescado: hervido, frito, rebozado, guisado o al horno (atún en envase comercial).

###### Farináceos y cereales:

- Patatas, arroz, pasta italiana, legumbres (todo cocido).
- Pan blanco, integral, de molde o tostadas (en envase individual).
- Galletas dulces o saladas (en envase individual).

###### Frutas, verduras y hortalizas:

- Todo tipo de verduras y hortalizas hervidas, fritas, guisadas, al horno.
- Fruta en almíbar (en envase comercial).
- Frutas crudas enteras, lavadas y peladas en el momento de comerlas:
  - plátano, naranja, mandarina, melón, sandía...



- manzana, kiwi, pera y melocotón (lavarlos antes de pelarlos).
- NO DEBE COMER frutas que no se puedan pelar (cerezas, fresas, moras, frambuesas...).
- Zumo de frutas envasado (en envase individual o grande si se abre en el momento de beberlo).

### Alimentos grasos:

- Mantequilla, margarina (en envase individual).
- Todo tipo de aceites.
- Quesitos (en porciones individuales). Evitar los quesos fermentados.

### Otros alimentos permitidos:

- Huevos duros (lavarlos antes de hervirlos y pelarlos en el momento en que se tengan que comer).
- Mermelada (en envase individual).
- Azúcar (en sobres).
- Membrillo (en envase individual).
- Agua mineral o filtrada (en envase comercial).
- Cualquier tipo de productos de alimentación infantil.
- Cacao soluble (en sobres).
- Café (en sobres individuales, puede ser soluble).
- Bebidas carbonatadas y con gas (Coca-Cola, gaseosa, limonada...)
- Caramelos, chuches y chicles (en envase individual).
- Jamón cocido y fiambres cocidos envasados al vacío y/o en atmósfera modificada o protectora.

### 2.3.2. Paciente con neutropenia grave inferior a 500 neutrófilos de forma mantenida

#### Alimentos prohibidos

- NO DEBE COMER huevos poco hechos: pasados por agua o en tortilla (tanto a la francesa como con otros ingredientes); si se fríen, la yema tiene que estar cuajada del todo.
- NO DEBE COMER requesón, queso fresco, queso azul...
- NO DEBE COMER yogurt, Actimel, BIO, prebióticos, probióticos (en su composición hay estreptococos y lactobacilos).
- NO DEBE COMER pastas, bollos, pasteles y demás productos de pastelería que contengan crema, nata, merengue...
- NO DEBE COMER embutidos con elaboración en crudo (chorizo, salchichón, jamón serrano, sobrasada, fuet...).

### 3. EL SOL

El sol es una fuente de salud que acompaña a la mayoría de las actividades que desarrollan los niños, pero que, tomado en exceso, puede provocar efectos negativos.

- A corto plazo: quemaduras, irritaciones, alergias.
- A largo plazo: problemas oculares y en la piel.
- Hay que tener en cuenta que los efectos nocivos de la piel son acumulativos. La mayor exposición al sol se produce desde los 0 hasta los 18 años. La educación en los cuidados frente a la exposición solar, tanto de los padres como de los niños, es muy importante.
- Las medidas de protección solar deben tomarse todo el año, especialmente en verano.
- Los niños que hacen tratamientos con quimioterapia o con radioterapia deben seguir unas orientaciones concretas que les permitan disfrutar de las actividades al aire libre de manera segura.
- La enfermedad no debe ser un impedimento para que los niños puedan disfrutar del sol.
- Hay que protegerle la piel siempre que le dé el sol (no solo en la playa o en la piscina). Esta recomendación es especialmente importante en primavera y en otoño, épocas en las que habitualmente no se utilizan cremas fotoprotectoras.
- Hay que protegerle con crema todas las zonas que no estén cubiertas por la ropa o por la gorra (cara, manos, zona anterior y posterior del cuello...).



### 3.1. Horario de exposición al sol

- En verano los rayos del sol son más intensos. Hay que evitar la exposición solar entre las 10.00 h y las 18.30 h. Se tienen que controlar las actividades al aire libre durante estas horas.
- Hay que tener en cuenta que, debajo de una sombrilla, la arena, la nieve y el agua pueden reflejar los rayos ultravioleta.
- Es necesario protegerse, incluso estando a la sombra y en los días nublados.

### 3.2. Cremas y filtros solares

- Hay que utilizar cremas y filtros solares de farmacia con factor 40 o superior que especifique EXTREM.
- Se debe cubrir toda la piel, especialmente en las zonas que haya perdido el pelo o tenga cicatrices.
- Hay que cubrir, especialmente, la nariz, las mejillas, las orejas, la zona del cuello y los labios.
- El fotoprotector se tiene que aplicar 30 minutos antes de la exposición al sol.
- Hay que repetir la aplicación cada hora, después del baño o si suda.
- Los tratamientos con quimioterapia y radioterapia, la cirugía reciente y algunos medicamentos pueden producir una mayor sensibilidad a los efectos del sol y/o reacciones en la piel (pigmentaciones o manchas de aspecto irregular...).
- Al finalizar el tratamiento, durante un año, se debe evitar la exposición al sol sin protección especial.
- En algunos tratamientos de quimioterapia, cuando lo indique el médico, hay que utilizar protección solar siempre que el paciente salga a la calle durante todos los meses del año.

### 3.3. Otras medidas protectoras del sol

- Hay que reforzar la acción de las cremas con el uso de camisetas (de algodón, de lino o de materiales naturales) y pañuelos, gorras con visera y sombreros de ala ancha (mayor de 7,5 cm) para protegerle la cara, las orejas y el cuello.
- La ropa especial con protección solar (bañadores, camisetas, camisas, gorras...) protege igual tanto seca como mojada.
- Debe usar gafas de sol oscuras homologadas que filtren las radiaciones UVA y UVB.



### 3.4. Cuidado con los bebés

- Los bebés y los niños pequeños tienen una piel muy delicada y, a menudo, poco pelo, lo que los hace más susceptibles a las quemaduras provocadas por el sol.
- No deben exponer a los bebés directamente al sol antes de los seis meses de edad.
- Hay que usar siempre las sombrillas o las capotas de sus carritos.

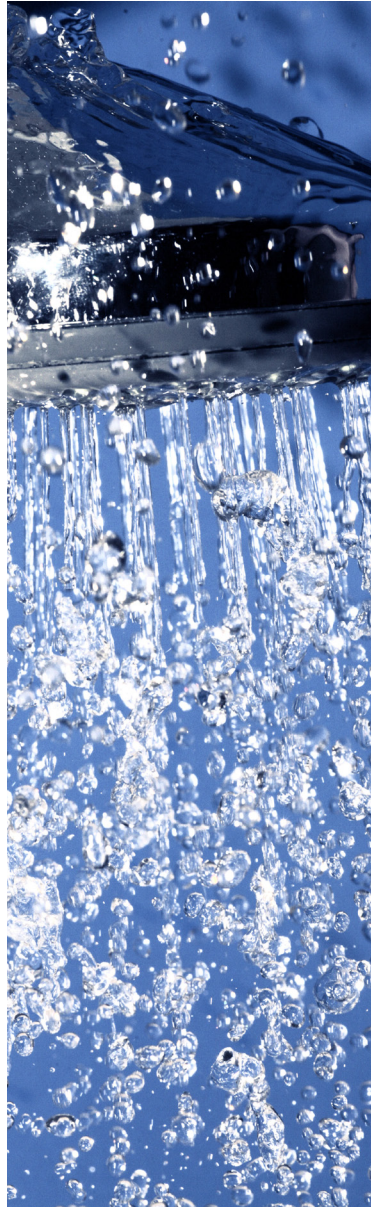
## 4. HIGIENE

Cuando hablamos de higiene, nos referimos a las condiciones y a los factores personales y ambientales del lugar donde vivimos que influyen en la salud física y mental y que favorecen la aparición y la difusión de las enfermedades.

La higiene es más importante en el niño inmunodeprimido.

### 4.1. El niño inmunodeprimido en el hospital

- La medida de higiene más importante es EL LAVADO DE MANOS.
- Hay que utilizar mascarillas de protección para salir de la habitación.
- Se tienen que limitar el número de visitas. Deben concienciarse de que las visitas suponen un riesgo para el paciente inmunodeprimido.
- Deben mantener las ventanas y las puertas cerradas.



- Hay que evitar las visitas que presenten infecciones, fiebre... por el riesgo de que contagien al paciente.
- 4.2. El niño inmunodeprimido en casa
- La casa tiene que estar limpia, sin alfombras que acumulen polvo.
  - La ropa de la casa, de la familia y del niño tiene que mantenerse limpia (puede ser un acumulo de polvo y de gérmenes).
  - Los juguetes deben ser lavables. No debe jugar con peluches ni con juguetes que retengan el agua, ya que acumulan polvo y secreciones.
  - Las flores y las plantas no deben estar en el interior del hogar porque son una fuente de contagio de hongos.
  - La familia se debe vacunar de la gripe de forma preventiva.
  - Hay que evitar el contacto con personas que padecen enfermedades respiratorias con fiebre como, por ejemplo, gripe, herpes, gastroenteritis, varicela, sarampión...
  - Se tienen que evitar los sitios cerrados donde haya mucha gente: cines, grandes superficies; así como lugares que tengan aire acondicionado o la calefacción muy alta.
  - No puede acudir a las piscinas públicas, ni tampoco a las privadas de las que no tengan constancia de sus cuidados.
  - No debe acudir a las playas que no tengan bandera azul (símbolo de la limpieza del agua y de la arena).
  - Hay que evitar los ambientes con humo y, sobre todo, no se tiene que fumar en casa.
- 4.3. Higiene personal: cuidado de la piel, del pelo y de las mucosas
- Debe lavarse las manos antes de comer, después de ir al baño y antes y después de tocarse una herida.
  - Hay que mantener la piel limpia y seca, bañarse o ducharse a diario con un jabón y una esponja suaves, secarse sin frotar para no irritar la piel y aplicarse crema hidratante.
  - No se deben borrar las marcas de radioterapia en caso de que no sean permanentes.
  - Tiene que aumentar la hidratación de la cicatriz con aceite de rosa de mosqueta o con vaselina pura (de farmacia), ya que mejoran el resultado final de la cicatriz.
  - Para la caída del cabello, hay que utilizar un champú suave, evitar los secadores y peinarle con un cepillo de bebé.

## Medidas de higiene, alimentación y cuidados

---

- Hay que cortarle el cabello corto antes de que se produzca la caída para disimular la calvicie parcial o total.
- Es muy importante mantener una buena salud de los dientes. Cepillarse los dientes evita infecciones, si no se puede porque sangran, hay que utilizar un colutorio para la mucositis.
- Tiene que utilizar un cepillo suave para evitar lesiones en las encías o sangrado (el cepillo es más suave si se deja unos minutos dentro de un vaso con agua tibia).
- Cada tres meses, hay que renovar el cepillo de dientes y, siempre, después de haber tenido un infección de boca.
- Es importante consultar con el personal sanitario antes de hacerse una depilación con crema, cera, maquinilla...
- Tiene que evitar la utilización del termómetro en la zona rectal y los supositorios.
- Las chicas no deben usar tampones.

### HAY QUE VIGILAR LA APARICIÓN DE: SANGRADO HEMATOMAS (GOLPES) PETEQUIAS

4.4. El niño debe hacer una vida tan normal como sea posible, pero hay que tener en cuenta que:

- Puede hacer deporte, siempre y cuando el médico esté al corriente y haya dado su autorización.
- Hay que evitar deportes en los que exista el riesgo de darse un golpe o de sufrir un traumatismo.
- Cuando el médico lo autorice, puede ir al colegio.
- Debe relacionarse con amigos y compañeros de una manera habitual y normal.



### 4.5. Efectos secundarios en la piel y en las mucosas en los tratamientos con radioterapia

- Eritema o piel roja en la zona de radiación.
- Descamación de la piel.
- Pérdida localizada de la velloidad o del cabello (si la zona irradiada es el cuero cabelludo, la pérdida de cabello puede ser permanente).
- Aparición de alguna úlcera en la mucosa de la boca (tipo mucositis).
- Antes de cada tratamiento, la piel debe estar limpia y seca, sin cremas, ni aceites.
- A medida que avanza el tratamiento, la piel puede presentar síntomas parecidos a una quemadura provocada por la exposición excesiva al sol (enrojecimiento, picor, dolor, descamación).
- Cada día, una o dos horas después de la radioterapia, hay que aplicar una crema hidratante sobre la zona irradiada o vaselina y/o un hidratante de labios.

### 4.6. Cuidados de la mucositis

- El tratamiento también suele causar mucositis: inflamación, llagas y sequedad en la boca y/o en el cuello.
- Presentan mucositis entre un 70%-100% de nuestros pacientes.
- En caso de mucositis, se debe comentar con el personal médico y/o de enfermería para que preparen una solución que alivie los síntomas, sobre todo el dolor.

### 4.7. La autoimagen y la autoestima

- Hay que considerar la autoestima ante cambios físicos como la caída del pelo, en el color de la piel...
- Adquiere mayor importancia si se trata de adolescentes y en los casos de amputaciones.
- La pérdida de la autoestima puede tener efectos negativos en las relaciones con los amigos y la familia. Aumenta la sensación de aislamiento, de tristeza, de ansiedad y, en muchos casos, provoca cambios de comportamiento. Se recomienda utilizar pañuelos, gorros de algodón o de hilo cuando el niño está en la cama para disminuir el impacto visual de pelos sobre la ropa de cama.
- Se recomienda usar pañuelos, sombreros, gorras con visera, gorros de lana... para salir a la calle.

## Medidas de higiene, alimentación y cuidados

---

- La pérdida de cabello puede ser total o parcial, es transitoria y en un segundo ciclo de tratamiento con el mismo fármaco puede que no se le caiga.
- En los pacientes con aumento de peso y/o aumento de vello corporal, debido a la medicación, hay que insistir en que es una situación pasajera que irá desapareciendo cuando termine el tratamiento.

### 5. ANIMALES DE COMPAÑÍA

Nos referimos a animales sanos que, antes de la enfermedad, ya vivían en el domicilio familiar y con los que el niño tiene un contacto directo.

Tienen que estar vacunados correctamente.

- Hay que mantenerlos limpios y cepillados.
- Tiene que hacerse un lavado de manos después del contacto con el animal.
- El niño no debe cepillar a los animales, ni limpiar las jaulas ni las colchonetas...
- Hay que evitar arañazos.



#### 5.1. Ventajas de un animal de compañía

- Los niños y los adolescentes oncológicos suelen tener ansiedad, estrés y depresión. Un animal de compañía tiene un impacto direc-

to, tanto en la respuesta psicológica como en la fisiológica, con lo que se atenúan los síntomas de la enfermedad.

- Reducen la impulsividad y la agresividad.
- Mejoran la autoestima y la disciplina.
- Ayudan a mitigar: la sensación de dolor, la ansiedad y el estrés de los niños, ya que disminuyen la intensidad física del dolor y del estrés emocional.

