

RECOMENDACIONES DIETÉTICAS GENERALES:

- ✓ Consuma los alimentos en pequeñas porciones varias veces al día. Planifique sus horarios para realizar 5-6 ingestas al día. Aproveche los periodos entre comidas para tomar sus alimentos preferidos.
- ✓ Antes de los tratamientos se suelen tolerar mejor los alimentos.
- ✓ Activar el apetito mediante la ingestión previa de pequeñas cantidades de zumos de frutas no ácidos (manzana, pera, zanahoria) y caldos, o bien mascando chicles de menta.
- ✓ Consuma en lo posible los alimentos a temperatura ambiente o fríos, con una textura suave.
- ✓ Limite la ingesta de fritos, ácidos o alimentos muy condimentados, cocine de forma sencilla.
- ✓ Evitar sabores y olores fuertes de la comida.
- ✓ Evite beber durante las comidas, en general, tome los líquidos en pequeños sorbos después de las comidas y evite bebidas gaseosas.
- ✓ Por las mañanas se suelen tolerar mejor los alimentos.
- ✓ No desaproveche la ocasión para comer cuando tenga hambre.

Elija un clima favorable:

- ✓ Higiene bucal adecuada previa a la ingesta con productos refrescantes.
- ✓ Use ropa holgada que no le oprima el abdomen.
- ✓ Coma en un ambiente de tranquilidad y dedique el tiempo suficiente.
- ✓ Compañía agradable
- ✓ Repose después de las comidas.

HI-FARMACIA-12 Revisada: mayo 2025

Hoja de información al paciente Pauta antiemética Dexametasona

SERVICIO DE FARMACIA
Tfno.: 945007260
Revisión 1.0: 30/01/2023
OSI Araba- HUA Txagorritxu

El tratamiento que se le administra produce náuseas y vómitos con frecuencia. **Por tanto, la PREVENCIÓN de náuseas y vómitos es muy importante.**

Los medicamentos para evitar estos síntomas son más efectivos cuando se administran de forma preventiva, **es más fácil prevenir los síntomas que controlarlos.** Por tanto, es muy importante que tome la medicación en su casa, aunque se encuentre bien.

Importancia de la emesis retardada. La emesis retardada son las náuseas y vómitos que se producen al menos 24 horas después de la administración del tratamiento y pueden prolongarse hasta 5 días según el tipo de tratamiento.

Si ha tenido emesis retardada tras el primer ciclo de tratamiento es más probable que vuelva a tener ese problema en ciclos siguientes.

USO ADECUADO DE LA MEDICACIÓN

Procure tomar la medicación tal como le ha indicado su médico y conviene no abandonar el tratamiento hasta completarlo, aunque se encuentre mejor.

No tome otros medicamentos sin consultar antes con su médico o farmacéutico.

POSIBLES EFECTOS SECUNDARIOS DE LA MEDICACIÓN:

Dexametasona puede producir molestias gastrointestinales.

En la siguiente visita no olvide comentar con su médico o farmacéutico cualquier cambio o molestia que usted observe.

La Pauta que debe seguir de Dexametasona durante el tratamiento de quimioterapia se indica a continuación:

El día 1 es el día del tratamiento en Hospital de Día.

	Desayuno 	Comida 	Cena 
Día 1			 1 cápsula de Dexametasona 4mg
Día 2	 1 cápsula de Dexametasona 4mg		 1 cápsula de Dexametasona 4mg
Día 3	 1 cápsula de Dexametasona 4mg		 1 cápsula de Dexametasona 4mg

* Debe tomar la Dexametasona con los alimentos en el desayuno y en la cena.