

NUTRICION DE NIÑOS CON CANCER

Muchos **pacientes de cáncer pediátrico** no tienen problemas nutricionales graves durante el **tratamiento del cáncer**: son capaces de comer lo suficiente para tener la fuerza y la energía para disfrutar de su nivel normal de actividad. Sin embargo, algunos pacientes pierden peso, crecen más lentamente que sus amigos sanos, a menudo se sienten cansados o irritables, y contraen infecciones fácilmente. Todos estos síntomas son al menos en parte debido a la mala nutrición. La incapacidad de los pacientes para conseguir suficiente alimento puede ser debido al **cáncer**, su tipo o ubicación, así como el modo, la frecuencia, y la duración de su tratamiento. Algunos pacientes en realidad aumentan de peso durante el tratamiento.

La meta de la atención nutricional para los pacientes de cáncer pediátrico es ayudar a lograr un crecimiento normal y aumento de peso, continuar con las actividades normales, y prevenir problemas. Alcanzar los objetivos de nutrición para los niños con cáncer puede ser difícil - hay muchas razones y diferentes de problemas de nutrición asociados.

- Los niños que tienen tumores del tracto digestivo, la boca, el estómago, los intestinos están especialmente en riesgo de no obtener suficientes nutrientes.
- Los tratamientos, como la quimioterapia, la radioterapia o la cirugía pueden causar náuseas, vómitos, diarrea o estreñimiento, y falta de apetito.
- Otros efectos secundarios de la quimioterapia incluyen masticación y problemas para tragar cuando la boca, la garganta o el esófago están demasiado secos o adoloridos.
- Además, el sentido del gusto del niño puede cambiar por lo que él / ella deja de gustarle sus comidas favoritas.
- La radiación en el tracto digestivo puede resentirlo o evitar que funcione tan bien como debe ser.
- A veces, cuando a los pacientes no se les permite comer durante varios días (como pueden ser necesario antes o después de la cirugía), pierden interés en la comida.
- Los pacientes que están cansados, con dolor y malestar, estresados (por ejemplo, debido a problemas familiares), o deprimidos por su condición pueden tener poco apetito.

Así que ¿cómo se puede ayudar a asegurar que los niños con cáncer reciban una nutrición adecuada?

- Ser flexible es la clave, debido a los muchos tipos y causas de problemas relacionados con la nutrición.
- Además, el "cuadro de nutrición" puede cambiar a menudo y rápidamente. Por ejemplo, los pacientes con cáncer tienden a comer mal durante los ciclos de tratamiento, pero también entre los ciclos. Anime a estos niños a comer de más cuando se sienten bien.

A veces, el paciente esta, sencillamente, demasiado enfermo para comer o beber mucho.

- En ese momento , ofrecer regularmente la comida y bebida favorita o fácilmente tolerada puede ser útil.
- Recuerde a los pacientes cuando es hora de comer, pero no los presione.
- Trate de obtener los alimentos que piden. Una regla de oro, sin embargo: si usted no puede conseguir la comida solicitada dentro de aproximadamente una hora, no gaste el tiempo tratando. Por lo general, después de este período, el niño ya no la quiere . Pronto será hora de la siguiente comida o refrigerio, por lo que tendrá otra oportunidad para ver si va a comer.
- Es mejor no forzar la alimentación - especialmente en los niños pequeños, que tienden a hacer lo contrario de lo que usted quiere de todos modos!
- Las razones detrás de la necesidad de una buena nutrición se pueden explicar a los niños mayores y adolescentes. Son entonces más capaces de participar en las medidas que se requieren para mantener su nivel nutricional lo más alto posible.

Aquí hay algunas pautas básicas para el fomento de la paciente con **poco apetito** para comer adecuadamente:

- Coma seis veces al día: tres comidas y tres meriendas.
- Trate de terminar lo que empieza a comer.
- "Potencie" la comida para que cada bocado cuente añadiendo margarina extra, queso o salsa a los alimentos. Coma la versión rica en grasa de un alimento como el pollo frito en vez de al horno.
- Siga las pautas de las Guías Alimentarias para los Estadounidenses eligiendo de una variedad de alimentos de todos los grupos de alimentos.

A menudo, los suplementos nutricionales pueden ser útiles cuando la comida es rechazada.

- Estos son generalmente bebidas, y vienen en una variedad de sabores. Los suplementos son "ricos en nutrientes": proporcionan una gran cantidad de nutrientes en una pequeña cantidad. Debido a esto, se pueden utilizar como un reemplazo de la comida. Trate de sustituir los suplementos por refrescos y Kool-Aid si un paciente tiene que ingerir una cantidad mayor de nutrientes. Los suplementos están disponibles sin receta en supermercados y farmacias.

Pero asegúrese de informar al médico, la enfermera o el dietista que su hijo lleva una mala alimentación continúa durante más de dos o tres días, para poder así seguir planes alternativos antes de que el caso se convierta en desnutrición .

Algunos niños suben de peso durante el tratamiento del cáncer.

- El aumento de la inactividad es un factor, tal vez porque hay menos oportunidad para hacer ejercicio o porque el paciente no se siente a la altura.
- Algunos medicamentos utilizados durante el tratamiento de cáncer (por ejemplo, esteroides) pueden conducir al aumento de peso. Los esteroides aumentan el

apetito y causan que el cuerpo produzca grasa en lugar de músculo e igualmente provocan retención de agua.

- Algunos pacientes comen demasiados alimentos de alto contenido de calorías y grasas.

Por último, recuerde que comer es algo más que la **nutrición**. Es una interacción de unión que es importante para la familia. Continúe con los hábitos de comida de la familia que estaban presentes antes de la enfermedad. Por ejemplo, sigan teniendo "la cena del domingo" si es que ha sido una tradición de la familia. Establezca un lugar en la mesa y haga que el niño se sienta con la familia durante las comidas, aunque él / ella coma algo diferente o decida no comer en ese momento.