

# DOLOR ONCOLÓGICO: INFORMACIÓN CLAVE PARA PACIENTES

Para imprimir esta página y  
ofrecérsela a sus pacientes,  
visite la siguiente página



## TIENE QUE SABER QUE...

- ▶ **El dolor** que puede experimentar **no está relacionado necesariamente con el crecimiento del cáncer**. Es importante que **informe a su médico o enfermero sobre su dolor**, incluyendo cualquier nuevo dolor que surja en zonas nuevas o desconocidas.<sup>12</sup>
- ▶ Si usted experimenta dolor, es importante compartir esta información con el médico que le trata. No solo es el dolor una causa significativa de angustia y sufrimiento, sino que **conocer el dolor puede aportar pistas importantes al médico** que le podrá ayudar en el manejo de su enfermedad:
  - ¿Dónde le duele?
  - ¿Se extiende el dolor a algún sitio?
  - ¿Qué alivia el dolor?
  - ¿Qué empeora el dolor?
  - ¿Afecta el dolor a su movilidad? Si es así, ¿qué movimientos o actividades lo empeoran?
  - ¿Qué medicamentos ha probado para aliviar el dolor?
  - ¿Cuánto interfiere el dolor en su funcionamiento?
- ▶ Es importante comprender que **el dolor relacionado con el cáncer puede controlarse eficazmente**; hay múltiples tratamientos disponibles y no debería tener que soportar el dolor.<sup>12</sup>
- ▶ Es muy importante que tome los **medicamentos correctos** para aliviar el dolor siguiendo las instrucciones, ya que ello le permitirá mantenerse activo y saludable.<sup>12</sup>

## ¿Y SI TENGO EFECTOS ADVERSOS?

- ▶ Es importante que **hable con su médico** acerca de cualquier posible efecto adverso relacionado con el tratamiento que le preocupe.<sup>12</sup>
- ▶ **Informe a su médico** sobre cualquier **efecto adverso** que experimente con los opioides, la mayoría de estos efectos pueden controlarse de manera efectiva.<sup>12</sup>

## ¿QUÉ PUEDO HACER PARA MEJORAR MI BIENESTAR?<sup>12</sup>

- ▶ Concédase todo el **descanso** que necesite cuando lo necesite.
- ▶ Siga un **estilo de vida saludable**:
  - No fume y evite el humo ajeno.
  - Haga ejercicio con regularidad.
  - Evite aumentar de peso.
  - Coma una dieta saludable.
  - Beba alcohol con moderación (si es que lo hace).
  - Manténgase en contacto con sus amigos, familiares y otros sobrevivientes del cáncer.
  - Asista a chequeos regulares y pruebas de detección.

### UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE LE AYUDARÁ A MEJORAR SU BIENESTAR FÍSICO Y MENTAL<sup>12</sup>

Para más información consulte la "Guía para pacientes y cuidadores" autorizada por la AEMPS:  
<https://cima.aemps.es/cima/DocsPub/16/3415>