

---

## Dolor causado por el cáncer

El dolor es una experiencia personal que puede ser diferente para cada persona. Su equipo de atención médica puede determinar el tipo de dolor que usted está sintiendo y cuáles opciones de tratamiento son mejores en su caso. Obtenga más información sobre el dolor que pueden causar el cáncer y los tratamientos contra el cáncer, así como los tipos de medicamentos y tratamientos que podrían ayudar.

- [Dolor en las personas con cáncer](#)
- [Cómo se administran los medicamentos contra el dolor](#)
- [Opioides contra el dolor causado por el cáncer](#)
- [Medicamentos no opioides y otras medicinas para tratar el dolor por cáncer](#)
- [Tratamientos para detener o disminuir las señales de dolor](#)
- [Maneras no médicas de controlar el dolor](#)
- [Cómo desarrollar un plan para controlar el dolor](#)

---

## Dolor en las personas con cáncer

El hecho de tener cáncer no significa que tendrá dolor. Pero si lo tiene, puede y debe ser tratado. Cualquier tipo de dolor, no sólo el dolor causado por el cáncer, puede afectar todas las áreas de la vida de una persona. Algunos días pueden ser mejores o peores que otros.

- [Causas del dolor relacionado con el cáncer](#)
- [Tipos de dolor causados por el cáncer](#)

El dolor es la forma que tiene su cuerpo de decirle que algo anda mal. Solamente usted puede determinar si tiene dolor, cuándo lo tiene y cómo se siente. El dolor puede ser distinto en diferentes momentos. Puede presentarse en uno o en varios lugares del cuerpo. Las personas usan estas palabras para describir el dolor:

- Fuerte
- Leve
- Ardiente
- Punzante
- Hormigueo
- Rigidez y tensión muscular

Las personas con cáncer que tienen dolor pueden notar que su dolor cambia a lo largo del día, y que puede ser diferente de un día al otro. Es posible que algunos de los dolores que siente sean causados por otra cosa y no el cáncer.

Trate de hacer un seguimiento de su dolor y sus síntomas, y comparta la información con su equipo de atención médica contra el cáncer. Les ayudará a entender mejor su dolor para poder así elaborar el mejor plan para controlarlo.

## Causas del dolor relacionado con el cáncer

Las causas más comunes del dolor relacionado con el cáncer son:

- Tumores (que crecen y presionan sobre partes normales del cuerpo)
- Compresión de la médula espinal
- Dolor en los huesos
- [Cirugía de cáncer](#)<sup>1</sup>
- Dolor fantasma (dolor que se siente en una parte del cuerpo que ya no está allí)
- Efectos secundarios de la quimioterapia y radiación
- [Neuropatía periférica](#)<sup>2</sup>
- Procedimientos y pruebas

## Tipos de dolor causados por el cáncer

Es probable que su equipo de atención médica no use el término “dolor causado por el cáncer” cuando hable de su dolor. Quizás hablen de un dolor **agudo**, **crónico** o **intercurrente**.

## **Dolor agudo**

Por lo general, el dolor agudo es intenso, se presenta rápidamente y dura menos que otros tipos de dolor. Es más a menudo una señal de que el cuerpo se ha lesionado de alguna forma. Este tipo de dolor suele desaparecer cuando se cura la lesión.

## **Dolor crónico**

El dolor crónico puede presentarse rápida o lentamente, y puede ser leve o intenso. El dolor crónico dura por largos periodos de tiempo. El dolor se considera crónico si dura más de 3 meses y puede perturbar su vida e interrumpir sus actividades cotidianas si no se controla bien.

El dolor crónico no desaparece a menos que pueda tratarse su causa, pero generalmente puede aliviarse o controlarse tomando medicamentos contra el dolor siguiendo un horario establecido. A veces a esto se le dice tomar medicamentos contra el dolor "las 24 horas".

## **Dolor intercurrente**

El dolor intercurrente es un episodio de dolor que ocurre aun cuando usted está tomando medicamentos contra el dolor en un horario establecido.

A menudo, este dolor tiene las mismas causas que el dolor crónico. Algunas personas sienten dolor intercurrente durante cierta actividad, como caminar o al vestirse. Para otras personas, se presenta de manera repentina sin una razón clara.

El dolor intercurrente no se controla con las dosis habituales de medicamentos contra el dolor. Por lo general, se trata con una dosis adicional de los medicamentos contra el dolor o un tipo diferente de medicina.

## **Hyperlinks**

1. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/cirugia.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/cirugia.html)
2. [www.cancer.org/es/cancer/managing-cancer/side-effects/pain/peripheral-neuropathy.html](http://www.cancer.org/es/cancer/managing-cancer/side-effects/pain/peripheral-neuropathy.html)

## **Referencias**

Mercadante S. Once again... breakthrough cancer pain: an updated overview. *J Anesth Analg Crit Care* .2023;3(1):23. Accessed November 16, 2023 at <https://janesthanalgcritcare.biomedcentral.com/articles/10.1186/s44158-023-00101-x>

National Cancer Care Center Network (NCCN). Adult Cancer Pain. Version 2.2023. Accessed November 16, 2023. [https://www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/pain.pdf](https://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/pain.pdf).

National Cancer Institute (NCI). *Cancer Pain (PDQ®) – Patient Version*. 2023. Accessed November 20, 2023. <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/pain/pain-hp-pdq>

Actualización más reciente: marzo 29, 2024

## Cómo se administran los medicamentos contra el dolor

Los medicamentos contra el dolor vienen en diferentes formas y pueden administrarse de muchas maneras. La manera en que usted tome su medicamento contra el dolor dependerá del tipo y la intensidad de su dolor y en qué parte del cuerpo se presenta.

- [Por vía oral \(boca\)](#)
- [Parche cutáneo \(piel\)](#)
- [Supositorios rectales](#)
- [Inyecciones](#)
- [Bomba o analgesia controlada por el paciente](#)

### Por vía oral (boca)

Estos medicamentos se tragan o se ponen debajo de la lengua o en la parte interna de la mejilla para ser absorbidos. La medicina oral contra el dolor se puede administrar en forma de líquido, pastilla, cápsula o aerosol que se absorbe directamente a través del revestimiento interno de la boca.

**Nunca triture, parta o abra las pastillas o cápsulas. Consulte con su médico si tiene dificultades para tragar sus medicamentos contra el dolor. Hay muchas**

## formas de tomarlos.

### **Parche cutáneo (piel)**

Se coloca un parche adhesivo (que se pega) en la piel y que libera el medicamento lentamente a través de la piel durante dos a tres días.

### **Supositorios rectales**

Contienen medicina que se inserta en el recto y luego es absorbida por el cuerpo.

### **Inyecciones**

Se pueden administrar de diversas maneras:

- Justo debajo de la piel usando una aguja corta y pequeña (**inyección subcutánea o SC**).
- Más profundamente en un músculo (generalmente en el brazo, la pierna o las nalgas) usando una aguja de longitud media (**inyección intramuscular o IM**). Este método se utiliza pocas veces para suministrar medicamentos contra el dolor.
- Directamente en la vena por medio de una aguja, puerto o catéter (**inyección intravenosa o IV**).
- En el líquido que está alrededor de la médula espinal (**inyección intratecal**) o en el espacio que rodea la médula espinal (**inyección epidural**).

### **Bomba o analgesia controlada por el paciente**

La bomba se conecta a una pequeña sonda que se introduce en el cuerpo. El medicamento puede inyectarse en una vena, justo debajo de la piel, o en el área que rodea la columna vertebral. Cuando necesita alivio contra el dolor, usted aprieta un botón de la bomba para recibir una dosis del medicamento. (La bomba controla meticulosamente cuánto se administra cada vez y con qué frecuencia para que no reciba una cantidad excesiva).

### **Referencias**

National Cancer Care Center Network (NCCN). Adult Cancer Pain. Version 2.2023. Accessed November 16, 2023 at [https://www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/pain.pdf](https://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/pain.pdf).

National Cancer Institute (NCI). *Cancer Pain (PDQ®) – Patient Version*. 2023. Accessed November 20, 2023 at <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/pain/pain-hp-pdq>

Portenoy RK, Dhingra LK. Overview of cancer pain syndromes. In Abrahm J, ed. UpToDate, 2023. Accessed at Overview of cancer pain syndromes - UpToDate.

Actualización más reciente: marzo 29, 2024

## Opioides contra el dolor causado por el cáncer

Los opioides son tipos de medicamentos que se usan para aliviar el dolor de moderado a intenso causado por el cáncer. También se los conoce como **opiáceos** o **narcóticos** y son un tipo de medicamento **analgésico** (que calma el dolor). Los opioides actúan sobre el cerebro y otras partes del cuerpo al adherirse a los receptores del dolor para bloquear dicha sensación. Algunas personas con cáncer necesitan tomar opioides para combatir el dolor relacionado con el cáncer.

- [Opioides comunes para la atención contra el cáncer](#)
- [Combinaciones de medicamentos opioides y no opioides](#)
- [Cómo usar opioides de manera segura](#)
- [Riesgo y señales de sobredosis de opioides](#)
- [Resistencia a los opioides y adicción](#)
- [Efectos secundarios de los opioides](#)

### Opioides comunes para la atención contra el cáncer

A continuación se listan algunos de los opioides más comunes que se usan en la atención contra el cáncer. Los nombres de las marcas están en paréntesis.

- Fentanilo (Actiq, Duragesic, Fentora, Lazanda, Subsys y otros)

- Hidrocodona
- Hidromorfona (Dilaudid)
- Metadona (Dolophine, Methadose)
- Morfina (Apokyn, Avinza, Kadian, MS-Contin, entre otros)
- Oxiconona (OxyContin, OxyIR, Roxiconona)
- Oximorfona (Opana)
- Tapentadol (Nucynta)
- Tramadol (Ultram)

### Opioides de liberación prolongada

Los opioides llamados de liberación prolongada (ER), acción prolongada (LA), liberación controlada (CR) y liberación sostenida (SR) son todos **formas de efecto prolongado**. Esto significa que liberan una pequeña cantidad de la medicina durante un periodo de tiempo más largo. A menudo se toman una o dos veces al día para tratar el dolor crónico. Es posible que se recete una dosis baja de opioides primero y que luego se hagan cambios dependiendo de cómo se siente.

### Opioides de liberación inmediata

Los opioides de liberación inmediata (IR) hacen efecto más rápido durante un periodo de tiempo más corto (**formas de acción corta**). Estos opioides se usan para tratar el dolor agudo y el dolor intercurrente. Pueden tomarse varias veces al día, según sea necesario.

Hay ventajas y desventajas tanto para los opioides de acción prolongada como para los de acción corta.

- Los opioides de acción prolongada se demoran más en actuar, pero brindan alivio continuo durante más tiempo.
- Los opioides de acción corta surten efecto más rápidamente, pero no brindan alivio por mucho tiempo.

A veces, podría usarse un opioide de acción corta junto con uno de acción prolongada para brindar alivio ininterrumpido.

En ocasiones se utiliza el mismo opioide para tratar tanto el dolor crónico como el intercurrente. El sulfato de morfina de liberación inmediata (MSIR) es una forma de acción corta de la morfina. El sulfato de morfina de liberación controlada (MS Contin) es

una forma de acción prolongada de la morfina. Para controlar mejor el dolor, a algunos pacientes podrían recetarles ambos tipos, MSIR y MS Contin. Es importante que usted sepa cuál está tomando y cómo debe tomarlo.

## Combinaciones de medicamentos opioides y no opioides

Algunos opioides se combinan con no opioides en un mismo medicamento para un mayor alivio del dolor. Su médico analizará cualquier combinación de medicamentos para asegurarse de que no tengan interacciones ni posibles efectos secundarios graves.

Consulte [Medicamentos no opioides y otras medicinas para tratar el dolor por cáncer](#) para más información sobre acetaminofeno y los medicamentos NSAID (antiinflamatorios no esteroideos), como la aspirina y el ibuprofeno.

### Oxicodona

Las pastillas de oxicodona también pueden contener aspirina, acetaminofeno o ibuprofeno. Por ejemplo:

- Combunox tiene ibuprofeno
- Percodan contiene aspirina
- Percocet, Roxicet, Roxilox, Oxycet y Tylox tienen acetaminofeno

### Hidrocodona

La hidrocodona se puede combinar con acetaminofeno o ibuprofeno. Por ejemplo:

- Vicodin, Zydone, Norco y Lortab contienen acetaminofeno
- Vicoprofen y Reprexain tienen ibuprofeno

## Cómo obtener alivio con opioides contra el dolor

Puede que se requieran varios cambios para encontrar el más eficaz para usted. **No cambie la cantidad ni la frecuencia de sus medicamentos contra el dolor sin antes hablar con su equipo de atención médica contra el cáncer.** Si cambiar la dosis o la frecuencia no da buenos resultados, podrían recetarle un medicamento diferente o agregar uno nuevo a lo que ya está tomando. Hable con su equipo de



atención médica contra el cáncer si los medicamentos que toma no le calman el dolor.

Obtenga más información sobre [cómo desarrollar un plan para controlar el dolor](#) con su equipo de atención contra el cáncer.

## Cómo usar opioides de manera segura

Los opioides pueden tomarse de manera segura para aliviar el dolor. Los opioides pueden afectar a cada persona de forma diferente y deben usarse con cuidado según la edad. Algunos opioides no pueden administrarse a adultos mayores, a niños de corta edad o a ciertas personas que reciben tratamiento por otras afecciones médicas.

Los opioides deben tomarse de la forma indicada por su equipo de atención médica contra el cáncer y deben usarse con mucho cuidado por varias razones:

- Algunos medicamentos contra el dolor podrían afectar cómo actúan otras medicinas.
- Los medicamentos contra el dolor pueden afectar a las personas de manera diferente.
- Si bien los opioides son buenos para controlar el dolor, pueden ser usados incorrectamente.

El equipo de atención médica contra el cáncer podría recetarle opioides si su dolor aumenta o si tiene dolor intenso y le explicará cómo tomarlos de manera segura. Hable con su equipo de atención contra el cáncer para obtener respuestas a sus preguntas o inquietudes.

Si usted está tomando opioides, lea estos consejos importantes:

- Guarde sus medicamentos en un lugar al que nadie más tenga acceso, como en una caja cerrada con llave.
- Solo tome los opioides que su equipo de atención médica contra el cáncer le diga que debe tomar. No tome más ni menos que la dosis recetada.
- No comparta su medicina con nadie.
- Si lo atiende más de un médico, asegúrese de informarles acerca de todos los medicamentos que está tomando. Los opioides pueden afectar cómo actúan otras medicinas, así que es importante que cada médico sepa todos los medicamentos que toma.
- Si bebe alcohol, o si toma tranquilizantes, pastillas para dormir, antidepresivos,

antihistamínicos o cualquier otra medicina que le cause sueño, dígame a su médico antes de comenzar a tomar opioides.

- Tomar opioides (incluso pequeñas dosis) mientras bebe alcohol o toma tranquilizantes puede causar problemas serios. Tomar opioides junto con estas sustancias puede ocasionar sobredosis y síntomas tales como debilidad, dificultad para respirar, confusión y ansiedad.
- Si tiene medicamentos opioides vencidos o no utilizados (sobrantes), deséchelos de manera segura. El [sitio de la FDA sobre cómo deshacerse de los medicamentos de forma segura](#)<sup>1</sup> tiene información acerca de cómo se pueden devolver los medicamentos sin utilizar. También es posible que los pueda devolver en su farmacia local.

Antes de recetárselos, su equipo de atención médica contra el cáncer podría hacerle preguntas para corroborar que es seguro para usted tomar opioides en casa. Podrían preguntarle con quién vive, si hay alguna persona con antecedentes de adicción, si hay niños en el hogar o cómo guarda sus medicamentos.

## Riesgo y señales de sobredosis de opioides

Entre las cosas que pueden aumentar el riesgo de sobredosis de opioides se incluyen:

- Enfermedades que afectan la respiración, como la apnea del sueño o la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (COPD)
- Tomar medicamentos contra la ansiedad (como Ativan, Xanax o Valium) junto con los opioides
- Haber tenido una sobredosis anteriormente
- Consumir drogas ilegales
- Tomar medicamentos contra el trastorno por consumo de opioides (como la metadona o Suboxona)
- Tener más de 65 años y padecer un trastorno por consumo de sustancias no opioides, como el alcohol, o un trastorno de salud mental.

Tomar demasiados opioides puede hacer que la respiración de una persona sea más lenta o se detenga. Otras señales de sobredosis de opioides incluyen:

- Pupilas pequeñas, puntiformes
- Pérdida del conocimiento (cuando no se puede despertar a alguien)
- Sonidos de atragantarse o gorgoteos

- Piel fría o húmeda
- Piel pálida o azulada en personas de piel blanca; en personas con la piel más oscura, podría verse grisácea o color ceniza.

La naloxona (Narcan) es un rociador nasal que bloquea los efectos de los opioides para detener el efecto de una sobredosis. Es posible que su médico le recete Narcan para que lo tenga a mano o le diga dónde puede obtenerlo. En los Estados Unidos, Narcan puede comprarse sin receta en los 50 estados. Su equipo de atención médica contra el cáncer podría sugerirle que mantenga siempre a mano un rociador de naloxona (Narcan) mientras tome opioides. Esto es incluso más importante si toma una dosis alta de opioides o si su riesgo de sobredosis es mayor.

Si decide usar Narcan, téngalo en un lugar donde pueda alcanzarlo rápidamente y asegúrese de que todas las personas que viven con usted sepan dónde está y cómo se usa. Llame a su equipo de atención médica contra el cáncer para que le expliquen cómo usarlo.

## **Resistencia a los opioides y adicción**

Con el tiempo, algunas personas podrían tener que tomar más del medicamento contra el dolor para obtener alivio. Quizás antes tenían una dosis más baja que les calmaba el dolor pero ya no. Esto se puede deber a que el dolor aumentó o a que han desarrollado resistencia a los medicamentos (el cuerpo se acostumbra a la cantidad de opioide que toma y ya no calma el dolor de la misma manera que antes). Muchas personas no desarrollan resistencia a los opioides. Pero si usted lo hace, un pequeño aumento en la dosis o un cambio en el tipo de medicina podría ayudar a aliviar el dolor.

## **Cuando ya no necesite los opioides**

No debe dejar de tomar opioides repentinamente. Generalmente, las personas que necesitan o quieren dejar de tomar opioides lo hacen gradualmente, disminuyendo la medicación de a poco para que el cuerpo tenga tiempo de adaptarse. Es normal que el cuerpo se vuelva dependiente de los opioides, así que lleva tiempo adaptarse a no tenerlos.

Si usted deja repentinamente de tomar opioides y experimenta una enfermedad parecida a la influenza, sudor excesivo, diarrea o cualquier otra reacción inusual, infórmelo a su equipo de atención médica contra el cáncer. Estos síntomas son tratables y tienden a desaparecer dentro de algunos días o varias semanas. Consulte con su médico sobre la mejor manera de ir disminuyendo las medicinas contra el dolor

y minimizar los efectos secundarios.

Una persona con adicción busca tomar opioides constantemente para sentirse bien. El deseo de consumir opioides puede ser tan fuerte que cause problemas en el trabajo, con la familia y con las actividades diarias. Una persona con adicción podría tener síntomas de abstinencia si no consume los opioides a los que su cerebro está acostumbrado.

Los síntomas de abstinencia son:

- Ansiedad y depresión
- Escalofríos y sudoración
- Retortijones y diarrea
- Problemas para dormirse y permanecer dormido

**Es importante entender que no todas las personas que usan opioides van a desarrollar una adicción o usarlos incorrectamente. Se pueden tomar opioides de manera segura cuando se consumen de manera responsable y según las indicaciones médicas.**

## Efectos secundarios de los opioides

Es normal tener efectos secundarios cuando se toman opioides, pero no todas las personas van a tenerlos. Los efectos secundarios más comunes son:

- Soñolencia
- Estreñimiento
- Náuseas y vómitos

Algunas personas también podrían experimentar:

- Mareos
- Picazón
- Pesadillas, confusión y alucinaciones
- Respiración lenta o superficial
- Problemas para orinar ("hacer pis" o vaciar la vejiga cuando van al baño)

Muchos de los efectos secundarios de las medicinas opioides contra el dolor se pueden manejar. Algunos de ellos, tales como náuseas, picazón o mareos, podrían

desaparecer en unos días a medida que su cuerpo se adapta a la medicina. Informe a su equipo de atención médica contra el cáncer si tiene cualquier efecto secundario y pídale ayuda para tratarlo.

### **Somnolencia o soñolencia**

Podría notar que siente sueño cuando empieza a tomar opioides. Si el dolor no le permitía dormir, es posible que duerma más durante varios días después de comenzar a tomar opioides y recupere el sueño perdido.

A medida que su cuerpo se va acostumbrando al medicamento, se sentirá menos soñoliento. Llame a su equipo de atención médica contra el cáncer si aún siente que tiene demasiado sueño como para poder realizar sus actividades normales después de haber tomado la medicina por una semana.

Pero si sigue teniendo soñolencia o si empeora y pasa a ser un problema más serio, pregúntele al equipo de atención médica contra el cáncer:

- Si puede tomar una dosis menor con mayor frecuencia o un opioide de liberación prolongada.
- Qué puede hacer para obtener un mejor alivio del dolor, si el opioide no le está calmando el dolor. El dolor en sí puede ser agotador. En este caso, un mejor calmante puede causar menos soñolencia.
- Si no le pueden bajar un poco la dosis del opioide. Si la soñolencia es severa, es posible que esté tomando más medicina de la que necesita.
- Si puede cambiar a otra medicina.
- Si puede tomar un estimulante leve como la cafeína durante el día.

Algunas veces podría no ser seguro que usted maneje un automóvil o incluso que suba y baje escaleras por su cuenta. **No haga nada que requiera estar alerta hasta que sepa cómo le afecta el medicamento.**

### **Estreñimiento**

Los opioides causan estreñimiento en la mayoría de las personas, pero a menudo se puede prevenir o controlar. Los opioides reducen el movimiento de las heces fecales por los intestinos, lo que permite más tiempo para que el cuerpo absorba el agua. Esto hace que la materia fecal sea más dura.

Cuando empiece a tomar opioides, el médico podría sugerirle que tome un laxante,

ablandador de las heces fecales u otro tratamiento para ayudar a mantener sus heces blandas y promover la evacuación fecal. Para más información, vea [Estreñimiento](#)<sup>2</sup>.

## Náuseas y vómitos

Las náuseas y los vómitos causados por los opioides generalmente desaparecen al cabo de unos días de tomar la medicina. Para más información, vea [Náuseas y vómitos](#)<sup>3</sup>.

Algunas personas creen que son alérgicas al opioide si tienen náuseas después de haber tomado una o más dosis. Las náuseas y vómitos por sí solos generalmente no quieren decir que esté teniendo una reacción alérgica.

Pero si tiene un sarpullido o picazón junto con las náuseas y vómitos, entonces sí podría tratarse de una reacción alérgica. Si esto ocurre, deje de tomar la medicina y llame a su médico de inmediato. **Si presenta inflamación en la garganta, urticaria (erupciones en la piel que causan picazón) o dificultad para respirar, busque atención médica inmediatamente.**

## Hyperlinks

1. [www.fda.gov/drugs/ensuring-safe-use-medicine/safe-disposal-medicines](http://www.fda.gov/drugs/ensuring-safe-use-medicine/safe-disposal-medicines)
2. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/cambios-urniarios-y-de-excrecion/estrenimiento.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/cambios-urniarios-y-de-excrecion/estrenimiento.html)
3. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/problemas-alimentarios/nauseas-y-vomito.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/problemas-alimentarios/nauseas-y-vomito.html)

## Referencias

Chinchella N, Hipólito I. Substance addiction: cure or care?. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*. 2023 Jan 13:1-20. Accessed November 16, 2023 at <https://doi.org/10.1007/s11097-023-09885-3>.

FDA. *FDA updates prescribing information for all opioid pain medicines to provide additional guidance on safe use*. US Food and Drug Administration. Accessed November 16, 2023 at [www.fda.gov/drugs/drug-safety-and-availability/fda-updates-prescribing-information-all-opioid-pain-medicines-provide-additional-guidance-safe-use](http://www.fda.gov/drugs/drug-safety-and-availability/fda-updates-prescribing-information-all-opioid-pain-medicines-provide-additional-guidance-safe-use)

National Cancer Institute (NCI). *Cancer Pain (PDQ®) – Patient Version*. 2023.

Accesed November 16, 2023 at <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/pain/pain-pdq>

National Cancer Care Center Network (NCCN). Adult Cancer Pain. Version 2.2023. Accesed November 16, 2023 at [https://www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/pain.pdf](https://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/pain.pdf).

Portenoy R, Meht Z, Ahmed E. Cancer pain management with opioids: Optimizing analgesia. In: Abrahm J, ed. UpToDate, 2023. Accesed November 16, 2023 at [www.uptodate.com/contents/cancer-pain-management-with-opioids-optimizing-analgesia](http://www.uptodate.com/contents/cancer-pain-management-with-opioids-optimizing-analgesia)

Tabanelli R, Brogi S, Calderone V. Targeting opioid receptors in addiction and drug withdrawal: Where are we going? *Int J Mol Sci.* 2023 Jun;24(13):10888. Accesed November 16, 2023 at <https://doi.org/10.3390/ijms241310888>

Wilson M, Fritz R, Finlay M, Cook DJ. Piloting smart home sensors to detect overnight respiratory and withdrawal symptoms in adults prescribed opioids. *Pain Manag Nurs.* 2023 Feb;24(1):4-11. Accesed November 16, 2023 at <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2022.08.011>

Actualización más reciente: marzo 29, 2024

## Medicamentos no opioides y otras medicinas para tratar el dolor por cáncer

Estos medicamentos son más potentes de lo que piensa la mayoría de las personas. En muchos casos, las medicinas no opioides serán suficientes para aliviar el dolor, especialmente si las toma de forma habitual o tan pronto como empieza a sentir dolor. No espere hasta que el dolor sea fuerte. Esperar demasiado tiempo puede hacer que el dolor sea más difícil de tratar.

- [Acetaminofeno](#)
- [Medicamentos antiinflamatorios no esteroideos \(NSAID\)](#)
- [Aspirina, acetaminofeno e ibuprofeno en otros medicamentos](#)

- [Otros medicamentos usados para ayudar a tratar el dolor causado por el cáncer](#)

Los medicamentos no opioides, como el acetaminofeno y los medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID) pueden ayudar a controlar el dolor leve a moderado. El acetaminofeno puede aliviar el dolor leve a moderado y reducir la fiebre, pero no tiene el efecto antiinflamatorio de la aspirina. Si bien puede aliviar el dolor que causa la inflamación, no puede reducir la inflamación en sí. Algunos pueden comprarse sin receta.

## Acetaminofeno

El acetaminofeno se conoce comúnmente como **Tylenol**. Alivia el dolor leve a moderado. Rara vez las personas presentan efectos secundarios al tomar la dosis usual de acetaminofeno.

Tenga cuidado si toma el acetaminofeno siguiendo las indicaciones de la etiqueta porque podría tomar demasiado. Tomar altas dosis de esta medicina todos los días por un periodo de tiempo prolongado o beber alcohol con la dosis usual puede causar daño al hígado y a los riñones. El consumo de alcohol se debe limitar a no más de 2 tragos por día para los hombres y 1 trago al día para las mujeres.

Además, tenga cuidado al tomar otros medicamentos que contengan acetaminofeno.

Consulte la sección **Precauciones al tomar otros medicamentos que contienen aspirina, acetaminofeno e ibuprofeno**.

Es posible que su médico no quiera que usted tome acetaminofeno si está recibiendo quimioterapia ya que puede encubrir la fiebre. Su médico necesita saber si usted tiene fiebre porque podría indicar que tiene una [infección](#)<sup>1</sup>, lo cual requiere tratamiento inmediato.

## Medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID)

Los medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID) se usan para ayudar a tratar el dolor y la inflamación, ya sea solos o en combinación con otras medicinas. Antes de tomar cualquier medicamento antiinflamatorio no esteroideo u otro medicamento no opioide, pregunte a su equipo de atención médica contra el cáncer si es seguro tomarlo junto con sus demás medicamentos y por cuánto tiempo lo puede tomar.



## Precauciones al tomar los NSAID

Algunas personas son más propensas o vulnerables a los efectos dañinos de los NSAID. En general, no deberían tomar medicamentos antiinflamatorios no esteroideos si:

- Son alérgicas a la aspirina o a cualquier otro NSAID
- Están recibiendo tratamiento de [quimioterapia](#)<sup>2</sup>
- Están tomando esteroides
- Están tomando medicamentos para reducir la presión arterial
- Tienen úlceras estomacales o un historial de úlceras, gota o trastornos de sangrado
- Están tomando medicinas orales (medicamentos por boca) para la diabetes o la gota
- Tienen problemas renales
- Se van a someter a alguna cirugía dentro de una semana
- Están tomando anticoagulantes
- Están tomando litio

Si toma bebidas alcohólicas, tenga cuidado al tomar los NSAID, ya que pueden causar malestar estomacal y aumentar el riesgo de tener reflujo o **sangrado en el estómago**. Fumar también aumenta este riesgo. Los medicamentos NSAID también **aumentan su riesgo de ataque al corazón o derrame cerebral**, especialmente si los toma por mucho tiempo.

## Aspirina, acetaminofeno e ibuprofeno en otros medicamentos

Algunos medicamentos opioides contienen también aspirina o acetaminofeno en la misma pastilla. Además, unos cuantos contienen ibuprofeno. Puede ser peligroso tomar medicamentos sin saber qué contienen. Lea las etiquetas si está tomando acetaminofeno, aspirina o medicamentos NSAID.

## Otros medicamentos usados para ayudar a tratar el dolor causado por el cáncer

Muchos otros medicamentos pueden usarse junto con (o en lugar de) los opioides y los no opioides para ayudar a aliviar el dolor causado por el cáncer. Estos medicamentos pueden ayudar a aliviar el dolor o aumentar el efecto del medicamento contra el dolor. Otros disminuyen los efectos secundarios de los medicamentos usados para aliviar el

dolor. Estas medicinas a menudo comienzan a tomarse en dosis bajas que poco a poco se incrementan con el transcurso del tiempo.

Los medicamentos listados a continuación en realidad no son medicamentos contra el dolor, pero se podrían usar para ayudarle a obtener el mejor alivio con la menor cantidad posible de efectos secundarios.

- Los **antidepresivos** se usan para tratar el hormigueo o ardor producido por los nervios dañados (neuropatía periférica)
- Los **medicamentos contra la ansiedad o ansiolíticos** se usan para tratar los espasmos musculares que pueden acompañar al dolor intenso.
- Los **anticonvulsivos** ayudan a controlar el hormigueo o ardor por el dolor en nervios causado por el cáncer o su tratamiento.
- Los **estimulantes y anfetaminas** aumentan la acción analgésica de los opioides y reducen la somnolencia que causan.
- Los **esteroides** ayudan a aliviar el dolor de los huesos, el dolor causado por tumores en la médula espinal y en el cerebro, y el dolor causado por la inflamación.
- Las **sustancias psicoactivas** ayudan a aliviar el dolor alterando cómo funciona el cerebro y provocando cambios en el estado de ánimo, la conciencia, los pensamientos, los sentimientos o el comportamiento. La cafeína y la marihuana son ejemplos de sustancias psicoactivas.

Asegúrese de consultar con su equipo de atención médica contra el cáncer sobre estos medicamentos, cómo funcionan y qué efectos secundarios podrían tener.

## Hyperlinks

1. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/recuentos-sanguineos-bajos/infecciones.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/recuentos-sanguineos-bajos/infecciones.html)
2. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/quimioterapia.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/quimioterapia.html)

## Referencias

Krok-Schoen JL, Plascak JJ, Newton AM, Strassels SA, Adib A, Adley NC, Hays JL, Wagener TL, Stevens EE, Brasky TM. Current cannabis use and pain management among US cancer patients. Support Care Cancer. 2024 Feb;32(2):111.

<https://doi.org/10.1007/s00520-024-08321-9>

National Cancer Institute (NCI). *Cancer Pain (PDQ®) – Patient Version*. 2023. Accessed at <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/pain/pain-pdq>

National Cancer Care Center Network (NCCN). Adult Cancer Pain. Version 2.2023. Accessed November 16, 2023. [https://www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/pain.pdf](https://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/pain.pdf).

Bao Y, Zhang H, Bruera E, Portenoy R, Rosa WE, Reid MC, Wen H. Medical marijuana legalization and opioid-and pain-related outcomes among patients newly diagnosed with cancer receiving anticancer treatment. *JAMA*. 2023 Feb;9(2):206-14. doi:10.1001/jamaoncol.2022.5623

Actualización más reciente: marzo 29, 2024

## Tratamientos para detener o disminuir las señales de dolor

Se pueden utilizar otros tipos de tratamientos si los medicamentos o los métodos no médicos no alivian el dolor causado por el cáncer.

- [Bloqueos nerviosos](#)
- [Neuroablación](#)
- [Estimulación de nervios](#)
- [Cirugía](#)
- [Tratamientos para encoger el tumor](#)

### Bloqueos nerviosos

El bloqueo de nervios consiste en inyectar una anestesia local (un medicamento para adormecer) en un nervio, alrededor del mismo o en el espacio que rodea la médula espinal para bloquear el dolor. El nervio no puede enviar señales de dolor después del bloqueo y por un periodo corto de tiempo se alivia el dolor. Los bloqueos nerviosos pueden administrarse como inyección de dosis única o usando una bomba.

## Tipos de bloqueos nerviosos

- **Inyecciones intratecales:** se pueden inyectar pequeñas dosis de medicina contra el dolor en el líquido que rodea la columna vertebral. Si esto surte efecto, puede que se use una sonda y una bomba para suministrar medicina contra el dolor directamente en el líquido cefalorraquídeo y así controlar el dolor.
- **Epidural:** se inyecta la medicina en el espacio que rodea las capas de la columna vertebral para controlar el dolor. Necesitará una cirugía para que le coloquen la pequeña bomba y la sonda en el cuerpo. Puede que esto cause entumecimiento o debilidad del área tratada durante un corto periodo de tiempo.
- **Bloqueo del plexo celíaco:** una inyección guiada por ultrasonido o ecografía para proporcionar alivio a corto o a largo plazo del dolor en el vientre (área abdominal) durante un corto período de tiempo.

## Neuroablación

La neuroablación usa ondas de radio para destruir (extirpar) nervios. Esto disminuye las señales de dolor enviadas desde esa área específica del cerebro. Puede durar meses o años.

## Estimulación de nervios

Existen diferentes tipos de terapias de estimulación de nervios para tratar ciertos tipos de dolor relacionado con el cáncer. Se están realizando estudios para determinar las mejores maneras de usar la estimulación nerviosa para el dolor causado por el cáncer.

### Tipos de estimulación de nervios

- **Estimulación eléctrica transcutánea de nervios (TENS):** corriente eléctrica de bajo voltaje dirigida a la piel en el área de dolor usando una pequeña máquina que funciona con baterías o pilas.
- **Estimulación de la médula espinal:** utiliza un dispositivo para enviar corrientes eléctricas leves para bloquear los nervios en la columna vertebral.
- **Estimulación de nervios periféricos:** usa electrodos pequeños para enviar corrientes eléctricas leves a los nervios que se encuentran fuera del cerebro y la médula espinal.

## Cirugía

En algunos casos, se cortan los nervios que envían las señales de dolor al cerebro. Pero esto bloquea también las demás sensaciones, incluso las sensaciones de temperatura y presión. Por lo general, esta cirugía se realiza solamente cuando no quedan otras opciones.

## Tratamientos para encoger el tumor

Algunas veces, aun cuando el tratamiento no pueda curar el cáncer, sí puede reducir el tamaño de un tumor que está presionando nervios y órganos y causando dolor. Este tipo de tratamiento se llama [cuidado paliativo](#)<sup>1</sup>. Los tratamientos contra el cáncer tales como la [quimioterapia](#)<sup>2</sup>, [terapia hormonal](#)<sup>3</sup>, ablación por radiofrecuencia o [radioterapia](#)<sup>4</sup> pueden usarse de esta manera.

Algunas veces se utilizan inyecciones de medicamentos radiactivos cuando el cáncer se ha propagado a muchos lugares en el hueso. El medicamento radiactivo se asienta en los huesos cerca del cáncer para ayudar a detener su crecimiento y aliviar el dolor.

## Hyperlinks

1. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/atencion-paliativa.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/atencion-paliativa.html)
2. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/quimioterapia.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/quimioterapia.html)
3. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/terapia-hormonal.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/terapia-hormonal.html)
4. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/radioterapia.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/radioterapia.html)

## Referencias

National Cancer Institute (NCI). *Cancer Pain (PDQ®) – Patient Version*. 2023. Accessed at <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/pain/pain-pdq>

National Comprehensive Cancer Network (NCCN). *Adult Cancer Pain*. Version 1.2023. Accessed at [www.nccn.org](http://www.nccn.org) on April 3, 2023.

National Cancer Care Center Network (NCCN). *Adult Cancer Pain*. Version 2.2023.

Accessed November 16, 2023.

[https://www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/pain.pdf](https://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/pain.pdf).

Wiersema MJ, Saumoy M. Endoscopic ultrasound-guided celiac plexus interventions for pain related to pancreatic disease. In: Post T, ed. *Uptodate*. UpToDate; 2023. Accessed December 8, 2023.

Actualización más reciente: marzo 29, 2024

## Maneras no médicas de controlar el dolor

Algunos métodos no médicos se pueden usar junto con los analgésicos para tratar el dolor causado por el cáncer. A esto se lo suele llamar **terapia complementaria o integral**. Algunas personas descubren que pueden tomar una dosis menor de medicamentos contra el dolor cuando también emplean tratamientos no médicos. Pero es importante que hable con su equipo de atención médica contra el cáncer para entender si estas pueden ser buenas opciones para usted.

- [Acupuntura, acupresión y reflexología](#)
- [Biorretroalimentación](#)
- [Compresas frías o calientes](#)
- [Distracción](#)
- [Terapia y apoyo emocional](#)
- [Hipnosis](#)
- [Visualización o imágenes de realidad virtual](#)
- [Masajes](#)
- [Relajación](#)
- [Yoga](#)
- [Obtenga más información](#)

Intente usar un método no médico junto con sus medicamentos habituales contra el dolor. Por ejemplo, puede usar una técnica de relajación (para disminuir la tensión, reducir la ansiedad y manejar el dolor) al mismo tiempo que toma su medicina.

- Si está descansado y alerta, puede usar un método que demande más atención y energía. Cuando está cansado, quizás deba usar un método que requiera menor esfuerzo. Por ejemplo, pruebe el método de distracción cuando esté descansado y alerta; use compresas calientes o frías cuando esté cansado.
- Pruebe diferentes métodos para saber cuáles funcionan mejor para usted. Lleve un registro de lo que le hace sentir mejor y de lo que no ayuda.

## Acupuntura, acupresión y reflexología

Para controlar el dolor causado por el cáncer, se puede usar **acupuntura**. Se colocan agujas muy finas en el cuerpo en ciertos puntos y a diversas profundidades y ángulos. Se cree que cada punto controla la sensación de dolor de una parte diferente del cuerpo.

Con la **acupresión** y la **reflexología**, se aplica presión sobre el cuerpo en ciertas áreas sobre o cerca del dolor.

- Acupresión: todo el cuerpo
- Reflexología: los pies, manos, orejas y rostro

**Precaución:** si está recibiendo quimioterapia, consulte con su equipo de atención médica antes de comenzar acupuntura.

## Biorretroalimentación

La biorretroalimentación usa máquinas especiales que dan información al instante sobre ciertas funciones corporales, como los latidos del corazón y la presión sanguínea. La biorretroalimentación se usa en ocasiones para ayudar a las personas a aprender a relajarse y a lidiar con el dolor.

## Compresas frías o calientes

El calor puede ayudar a relajar los músculos doloridos y se puede aplicar usando paquetes de gel, almohadillas térmicas eléctricas o dándose un baño caliente. El calor puede reducir la rigidez de las articulaciones y ayudarle a relajarse.

El frío puede aplicarse usando paquetes de gel que están sellados en plástico y se mantienen blandos y flexibles aun cuando están congelados. Las compresas frías

ayudan a reducir la hinchazón en las partes del cuerpo donde siente dolor. También puede ayudar a reducir la sensación de dolor al adormecer parcialmente el área adolorida.

Además, en algunos casos se puede alternar entre el calor y el frío para mayor alivio.

## **Distracción**

Usar una distracción significa enfocar su atención a otra cosa que no sea el dolor. Las personas a menudo usan este método sin darse cuenta de ello cuando ven televisión o cuando escuchan música para no pensar en algún problema.

## **Terapia y apoyo emocional**

El dolor puede hacer que se sienta preocupado, deprimido o que se desaliente fácilmente. Podría considerar unirse a un grupo de apoyo en el que las personas con cáncer se reúnen y comparten sus sentimientos. Los grupos de apoyo pueden reunirse en persona o en línea. Para [información sobre los grupos de apoyo en su comunidad y por Internet](#)<sup>1</sup>, consulte con su equipo de atención médica contra el cáncer o llámenos al 1-800-227-2345.

## **Hipnosis**

La hipnosis le permite enfocarse mejor en algo mientras está despierto, pero tranquilo e inmóvil. En este estado, la gente suele alcanzar una relajación más profunda. Conducidas por personas capacitadas en hipnoterapia (hipnosis), estas sesiones le permiten abrirse más a la idea de hacer cambios beneficiosos en sus emociones, percepciones, sensaciones, recuerdos, pensamientos o comportamientos.

## **Visualización o imágenes de realidad virtual**

La visualización consiste en usar la imaginación para crear situaciones o imágenes mentales. Se cree que la visualización puede reducir el dolor al combinar la relajación y la distracción. Ver imágenes relajantes de realidad virtual o usando gafas conectadas a una computadora podría ayudar a aliviar el dolor.

## **Masajes**

El masaje terapéutico emplea el tacto y el movimiento. Se hacen movimientos lentos,



constantes y circulares sobre o cerca del área del dolor simplemente con la mano o usando alguna sustancia que se sienta bien, como talco, aceite tibio o crema para las manos.

## Relajación

La relajación ayuda a aliviar el dolor o evita que empeore haciendo que se relajen los músculos. Puede ayudarle a dormir, darle más energía, hacerle sentir menos cansancio, reducir la ansiedad y hacer que otros métodos contra el dolor funcionen mejor.

## Yoga

El yoga le ayuda a concentrarse en la respiración, la postura física y la meditación. Hay muchas formas de yoga que se usan para mejorar su bienestar o comodidad.

## Obtenga más información

Para aprender acerca de las [terapias complementarias o integrales](#)<sup>2</sup> y encontrar a alguien que se especialice en ellas:

- Hable con los miembros del equipo de atención médica contra el cáncer.
- Contacte a un equipo especializado en atención paliativa, una organización de atención para personas con enfermedad terminal (hospicio), un centro de tratamiento contra el cáncer o una clínica del dolor en su región.
- Busque información sobre el alivio del dolor en [sitios web confiables](#)<sup>3</sup> (solo disponible en inglés).
- También puede comunicarse con el centro [National Center for Complementary and Integrative Health](#)<sup>4</sup> para aprender más sobre estas técnicas.

***El siguiente video es cortesía de la fundación Healing Works Foundation.***

### Meditación para ayudar a calmar el dolor

A través de ejercicios de respiración, música tranquila y mensajes positivos, le ayuda a enfocarse en otras cosas para dejar de pensar en el dolor. Escuche mensajes que pueden ayudar a calmar su dolor y darle fuerzas (solo disponible en inglés).

[Ver en Vimeo](#) <sup>5</sup>

## Hyperlinks

1. [www.cancer.org/es/programas-y-servicios-de-apoyo.html](http://www.cancer.org/es/programas-y-servicios-de-apoyo.html)
2. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/medicina-complementaria-e-integral.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento/medicina-complementaria-e-integral.html)
3. [www.cancer.org/cancer/understanding-cancer/cancer-information-on-the-internet.html](http://www.cancer.org/cancer/understanding-cancer/cancer-information-on-the-internet.html)
4. [nccih.nih.gov/](http://nccih.nih.gov/)
5. [vimeo.com/920115013/a41f0c3a20](https://vimeo.com/920115013/a41f0c3a20)

## Referencias

Epstein AS, Liou KT, Romero SAD, et al. Acupuncture vs massage for pain in patients living with advanced cancer: The IMPACT Randomized Clinical Trial. *JAMA Netw Open*. 2023;6(11): e2342482. Accessed December 8, 2023 at doi:10.1001/jamanetworkopen.2023.42482.

Forbes E, Baker AL, Britton B, Clover K, Skelton E, Moore L, Handley T, Oultram S, Oldmeadow C, Gibberd A, McCarter K. A systematic review of nonpharmacological interventions to reduce procedural anxiety among patients undergoing radiation therapy for cancer. *Cancer Med*. 2023. Accessed December 8, 2023 at <https://doi.org/10.1002/cam4.6573>

Ge L, Wang Q, He Y, Wu D, Zhou Q, Xu N, Yang K, Chen Y, Zhang AL, Hua H, Huang J. Acupuncture for cancer pain: an evidence-based clinical practice guideline. *Chinese Med*. 2022; 17:1-2. Accessed December 8, 2023 at doi: 10.1186/s13020-021-00558-4.

Mao JJ, Greenlee H, Bao T, Ismaila N, Bruera E. Integrative medicine for pain management in oncology: Society for integrative oncology-ASCO guideline summary and Q&A. *JCO Oncology Practice*. 2023;19(1):45-48. <https://ascopubs.org/doi/10.1200/OP.22.00622>.

National Cancer Institute (NCI). *Cancer Pain (PDQ®) – Patient Version*. 2023. Accessed December 8, 2023 at <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/pain/pain-pdq>

National Comprehensive Cancer Network (NCCN). *Adult Cancer Pain*. Version 1.2023. Accessed December 8, 2023 at [https://www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/pain.pdf](https://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/pain.pdf).

National Cancer Care Center Network (NCCN). Adult Cancer Pain. Version 2.2023. Accessed November 16, 2023 at [https://www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/pain.pdf](https://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/pain.pdf).

Wiersema MJ, Saumoy M. Endoscopic ultrasound-guided celiac plexus interventions for pain related to pancreatic disease. In: Post T, ed. Uptodate. UpToDate; 2023. Accessed December 8, 2023.

Actualización más reciente: marzo 29, 2024

## Cómo desarrollar un plan para controlar el dolor

Solo usted sabe cuánto dolor está sintiendo. Es muy importante que informe a su equipo de atención médica contra el cáncer cuando tiene dolor y que lo describa de la mejor manera posible. Esto les ayudará a elaborar el mejor plan para controlar su dolor.

- [Qué puede esperar de su equipo de atención médica y del plan para controlar el dolor](#)
- [Evaluación del dolor](#)
- [Mantenga un registro de su dolor](#)
- [Cómo utilizar una escala de evaluación del dolor](#)
- [Control del dolor](#)
- [Cuidado paliativo como opción](#)
- [Cómo aprovechar al máximo su plan para controlar el dolor](#)

El dolor es diferente para cada persona con cáncer. Un plan para controlar el dolor debe tener en cuenta el diagnóstico, el tipo y la etapa del cáncer, otros problemas de salud, los medicamentos que se toman, la respuesta personal al dolor y otras opciones personales.

Además, el dolor puede ser un signo de advertencia temprana de los efectos secundarios del tratamiento del cáncer o de algún otro problema. Llame a su equipo de atención médica contra el cáncer para hablar sobre la mejor manera de tratar su dolor.

## Qué puede esperar de su equipo de atención médica y del plan para controlar el dolor

Hay una serie de pasos que su equipo de atención médica seguirá para desarrollar el plan de control del dolor que funcione mejor para usted. Esta lista incluye lo que puede esperar que su médico y el equipo de atención médica contra el cáncer hagan al elaborar un buen plan que controle su dolor:

- Que respeten las descripciones que usted hace sobre el dolor.
- Que completen un historial detallado acerca de su dolor (llamado **evaluación del dolor**) cuando usted lo notifique y en cada cita médica.
- Que le hagan un examen físico u otras pruebas para determinar dónde se presenta el dolor y qué podría causarlo.
- Que establezcan metas para controlar el dolor junto con usted.
- Que traten su dolor basándose en la investigación más reciente (llamado **control del dolor**).
- Que le consulten si el plan para controlar el dolor está funcionando y hagan los cambios necesarios.

## Evaluación del dolor

Lo primero que debe hacer su equipo de atención médica contra el cáncer es hablar con usted sobre cualquier dolor que pueda estar sintiendo. Esto se llama evaluación del dolor. Al describirle su dolor al equipo de atención médica contra el cáncer, incluya la mayor cantidad de detalles posible.

El equipo de atención médica le hará preguntas y usará ciertos recursos para ayudarle a describir su dolor. Querrán saber el tipo y la intensidad de su dolor, dónde lo siente y cómo está afectando sus actividades cotidianas y su vida. Hable con sus familiares y amigos sobre su dolor. Ellos pueden ayudarle a describirlo a su equipo de atención médica contra el cáncer.

## Mantenga un registro de su dolor

Podría ser útil que lleve un diario u otro tipo de registro para hacer un seguimiento de los detalles de su dolor y de lo que funciona para aliviarlo. Compartir este registro con quienes le están atendiendo les ayudará a determinar qué método de control del dolor funciona mejor para usted. Sus registros pueden incluir:

- Palabras que describan el dolor (por ejemplo: agudo, sordo, punzante, corrosivo, constante o con ardor)
- Cualquier cosa que parezca aliviarlo o empeorarlo
- Cualquier actividad que no pueda realizar por causa del dolor
- El nombre, la dosis y el horario en que toma sus medicamentos contra el dolor
- Las veces que usa [otros métodos para aliviar el dolor](#)<sup>1</sup> (por ejemplo: técnicas de relajación, distracción o visualización)
- El índice (número de la escala) que usted le asigna al dolor en el momento en que usa algún método para aliviar el dolor (medicina o método para reducir el dolor)
- Su índice de dolor de 1 a 2 horas después de usar la medida para aliviar el dolor
- Cuánto tiempo funciona la medicina
- Sus índices de dolor a lo largo del día (para tener una idea de su nivel general de comodidad)
- Cómo interfiere el dolor con las actividades normales como dormir, comer, tener actividad sexual o trabajar
- Cualquier efecto secundario que podría ser causado por las medicinas

Usar un registro diario del dolor podría ayudarle a anotar y documentar los detalles de su dolor. Puede bajar o imprimir un [Diario sobre el dolor](#)<sup>2</sup> desde nuestro sitio web.

## Cómo utilizar una escala de evaluación del dolor

Usar una escala de dolor puede ayudarle a describir cuánto dolor está sintiendo. Por ejemplo, a continuación presentamos una escala de intensidad del dolor que se utiliza comúnmente.

Para usarla, intente asignarle un número a su nivel de dolor de 0 a 10. Si no siente dolor alguno, asigne cero. A medida que suben los números, esto indica que el dolor está empeorando. Un 10 significa que el dolor es el peor que pueda imaginar. Por ejemplo, usted podría decir: “En una escala de 0 a 10, mi dolor es un 7 en este momento”.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nada de dolor	El peor dolor									

Puede usar la escala de evaluación del dolor para describir:

- Cuán intenso es su dolor cuando está en su punto máximo

- Cómo es su dolor la mayor parte del tiempo
- Cuán intenso es su dolor cuando está en su punto mínimo
- Cómo cambia su dolor con los diferentes tratamientos contra el dolor.

Algunas escalas de evaluación del dolor usan caras en lugar de números, y estas pueden ayudarle a describir mejor cuán intenso es su dolor. Pregunte a su equipo de atención médica contra el cáncer si cuenta con otro recurso de evaluación del dolor si usted no cree que los números sean la mejor manera de describirlo.

### **Cómo describir el dolor**

Proporcione a su equipo de atención médica, a su familia y amigos detalles sobre el dolor:

- En dónde siente el dolor
- Cómo se siente (por ejemplo: es un dolor agudo, sordo, punzante, corrosivo, constante o con ardor)
- La intensidad del dolor (usando la escala de 0 a 10)
- Cuánto tiempo dura
- Qué mejora o alivia el dolor
- Qué empeora el dolor
- Cómo afecta el dolor a su vida cotidiana
- Las medicinas que está tomando contra el dolor y cuánto alivio le proporcionan

Su equipo de atención médica contra el cáncer también puede necesitar conocer otros detalles, como:

- Todos los medicamentos que está tomando actualmente, incluso vitaminas, minerales, hierbas, suplementos y medicinas sin receta (medicamentos de venta libre)
- Cuáles medicamentos contra el dolor ha tomado en el pasado, incluso los que resultaron eficaces y los que no
- Si tiene alergia a algún medicamento, alimento, tinte o aditivo

### **Control del dolor**

Su equipo de atención médica contra el cáncer colaborará con usted para encontrar las

maneras de controlar su dolor.

Para elegir el mejor medicamento contra el dolor, se debe tener en cuenta qué medicamentos son más eficaces para el tipo de dolor que usted tiene y cuán intenso es, qué efectos secundarios podría tener, su nivel de actividad, y qué otros medicamentos y tratamientos está recibiendo.

Estas son algunas preguntas que probablemente quiera hacer sobre los medicamentos contra el dolor que le recomiende su equipo de atención médica contra el cáncer:

- ¿Qué clase de medicamento contra el dolor es este?
- ¿Cómo se toma?
- ¿Necesito una receta para esta medicina? ¿Se puede reabastecer el medicamento o necesito llamarlos para pedirlo cuando se me acabe?
- ¿Cuáles son los diferentes nombres para este medicamento?
- ¿Qué cantidad debo tomar? (¿Cuál es la dosis?)
- ¿Debo tomarlo según un horario o solo cuando lo necesito? Si solo cuando lo necesito, ¿con qué frecuencia puedo tomarlo?
- ¿Puedo tomar más si no me calma el dolor? De ser así, ¿cuánto?
- ¿Debo llamarlos antes de aumentar la dosis?
- ¿Qué pasa si olvidé tomar el medicamento o si lo tomo mucho después de la hora en que debí tomarlo?
- ¿Debo tomar el medicamento contra el dolor junto con la comida?
- ¿Cuánto líquido debo tomar con la medicina?
- ¿En cuánto tiempo empieza a surtir efecto el medicamento?
- ¿Es seguro tomar alcohol o manejar después de haber tomado esta medicina contra el dolor? ¿Cuáles deberían ser mis límites mientras la tomo?
- ¿Qué otros medicamentos puedo tomar mientras tomo este medicamento contra el dolor?
- ¿Qué medicinas debo suspender o no tomar mientras tomo este medicamento?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios que podría tener esta medicina? ¿Cómo puedo prevenirlos? ¿Qué debo hacer si surgen?
- ¿Hay otras inquietudes relacionadas con la seguridad de este medicamento?

## Cuidado paliativo como opción

A la mayoría de las personas con cáncer puede beneficiarlas recibir servicios de un equipo especializado en [cuidados paliativos](#)<sup>3</sup>. Uno de los objetivos del cuidado paliativo

es controlar el dolor y otros síntomas. Los especialistas que forman parte de un equipo de cuidados paliativos pueden ayudar a desarrollar un plan para controlar el dolor que sea eficaz para usted.

Un equipo especializado en cuidados paliativos cuenta con algunas de las mismas personas que pertenecen al equipo de atención médica contra el cáncer, pero generalmente incluye también a otras personas. El equipo puede incluir médicos, personal de enfermería, especialistas en salud mental, trabajadores sociales, capellanes, farmacéuticos y especialistas en nutrición.

## **Cómo aprovechar al máximo su plan para controlar el dolor**

Hay cosas que puede hacer para asegurarse de que su plan para controlar el dolor funcione bien:

- Cuando llegue la hora de tomar su medicamento contra el dolor, tómelo, incluso si no siente dolor. Tomar los medicamentos contra el dolor en el horario establecido (las 24 horas del día) ayuda a controlar el dolor crónico.
- No deje de tomar ninguna dosis de su medicina programada. Mientras más dolor tenga, más difícil es controlarlo.
- Utilice un medicamento de acción rápida contra el dolor intercurrente según lo indicado. No espere a que el dolor empeore, si lo hace, puede ser más difícil controlarlo.
- Asegúrese de que solo un médico le recete medicamentos contra el dolor. Si otro médico le cambia los medicamentos, ambos médicos deben hablar entre sí sobre su tratamiento.
- No espere a que se termine su medicamento contra el dolor. Recuerde que se requieren recetas médicas presentadas por escrito para casi todos los medicamentos contra el dolor. El médico no puede llamar y pedir que le vendan estos medicamentos por teléfono, y las farmacias no siempre los tienen disponibles. Puede tomar algunos días obtener la medicina. Por lo tanto, planifique con tiempo en caso de que surjan retrasos. A veces es posible que deba pasar a buscar una receta del médico porque ciertas recetas tienen que llevarse en persona a la farmacia.
- Mantenga los medicamentos contra el dolor en un lugar seguro donde los niños, las mascotas y otras personas no tengan acceso a ellos.
- Nunca tome las medicinas de otra persona. Las medicinas que ayudaron a algún amigo o familiar podrían no ser las adecuadas para usted.
- No utilice medicamentos con fecha de caducidad vencida o medicamentos que



sobraron y que fueron recetados para otras afecciones. Es posible que los medicamentos que funcionaron en el pasado no sean los adecuados para usted en este momento.

## Hyperlinks

1. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/dolor/tratamientos-no-medicos-para-aliviar-el-dolor-causado-por-el-cancer.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/dolor/tratamientos-no-medicos-para-aliviar-el-dolor-causado-por-el-cancer.html)
2. [www.cancer.org/content/dam/cancer-org/cancer-control/es/worksheets/pain-diary.pdf](http://www.cancer.org/content/dam/cancer-org/cancer-control/es/worksheets/pain-diary.pdf)
3. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/atencion-paliativa.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/atencion-paliativa.html)

## Referencias

National Cancer Care Center Network (NCCN). Adult Cancer Pain. Version 2.2023. Accessed November 16, 2023 at [https://www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/pain.pdf](https://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/pain.pdf).

National Cancer Institute (NCI). *Cancer Pain (PDQ®) – Patient Version*. 2023. Accessed November 20, 2023 at <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/pain/pain-hp-pdq>

Actualización más reciente: marzo 29, 2024

## Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la American Cancer Society (<https://www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html>)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

La información médica de la American Cancer Society está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor refiérase a nuestra Política de Uso de Contenido ([www.cancer.org/about-us/policies/content-usage.html](http://www.cancer.org/about-us/policies/content-usage.html)) (información disponible en inglés).

**cancer.org | 1.800.227.2345**