

Neutropenia es el término médico usado cuando su cuerpo no tiene la cantidad normal de glóbulos blancos. Los glóbulos blancos ayudan a que su cuerpo no se enferme. Cuando su cuerpo no tiene suficientes glóbulos blancos, le es difícil combatir infecciones.

¿Cuáles son las causas de la neutropenia?

Los glóbulos blancos se producen en la médula ósea. Cuando tiene cáncer en la médula ósea, su cuerpo tiene problemas para producir glóbulos blancos y esto causa neutropenia. Algunos tratamientos contra el cáncer, como la quimioterapia y la radioterapia, también pueden causar neutropenia.

Su equipo de atención oncológica de UNC le hará una prueba de sangre para ver si tiene neutropenia. Si la neutropenia es consecuencia de su tratamiento contra el cáncer, tendrá el menor número de glóbulos blancos en unos 7 a 10 días después del tratamiento. A este periodo se le llama **nadir**.

¿Cómo se trata la neutropenia?

Después del periodo **nadir**, sus glóbulos blancos comienzan a producirse solos. Algunas personas tendrán periodos más largos de neutropenia que otros. Otras personas necesitarán inyecciones para ayudar a producir glóbulos blancos. El objetivo del tratamiento de la neutropenia es evitar que se enferme durante el **nadir**. Use los consejos al reverso de esta página para ayudar en su cuidado si tiene neutropenia.

¡Importante!

No siempre se puede evitar una enfermedad si tiene neutropenia. Si se enferma, su cuerpo necesitará ayuda para combatir los gérmenes. Revise su temperatura si no se siente bien, y avise a su equipo de inmediato si cree que puede estar enfermo. Entre más pronto sepan que está enfermo, lo podrán ayudar mejor.

Avise a su equipo de atención oncológica de UNC de inmediato o acuda a la sala de emergencias más cercana si tiene alguno de los siguientes signos de posible infección:

- fiebre de 100.5 °F o más;
- sudación o escalofríos;
- dolor de garganta o llagas en la boca;
- diarrea;
- ardor o dolor al orinar;
- dolor corporal;
- tos o falta de aliento;
- enrojecimiento o hinchazón en el cuerpo.

Si tiene cualquier signo de infección, consulte a su equipo antes de tomar cualquier medicamento sin receta.

📞 Llame a su equipo de atención oncológica de si tiene alguna pregunta.
984-974-0000 o llame al número gratuito 866-869-1856

Si tiene neutropenia, necesita tener mucho cuidado de no enfermarse.
Revise los siguientes consejos con su equipo de atención oncológica de UNC.

Protéjase.

- Lávese las manos con frecuencia. Estríegue entre los dedos, en ambos lados de la mano y hasta las muñecas con agua y jabón durante al menos 20 segundos antes de enjuagarse. Láveselas antes de cada comida y después de ir al baño.
- Mantenga limpio su cuerpo. Dúchese todos los días. Cepílese los dientes después de cada alimento con un cepillo blando.
- Manténgase lejos de personas que pudieran estar enfermas.
- Evite cortaduras en la piel. Use zapatos para proteger sus pies. No se rasque las costras ni pellizque alrededor de las uñas.
- Pídale a alguien que recoja el excremento de su mascota o use guantes si lo va a hacer usted mismo.
- Use toallas sanitarias en lugar de tampones. No use supositorios.

Elija alimentos seguros.

- Asegúrese de que la carne, los huevos, el tofu y el pescado que consuma estén bien cocinados. No coma alimentos que contengan huevo poco cocinado o crudo, como el ponche de huevo y ciertos aderezos para ensalada.
- Lave las frutas y verduras con agua corriente antes de comerlas. Pele y cueza sus frutas y vegetales cuando pueda. Lávelos antes de pelarlos, cortarlos o cocinarlos.
- Evite las frutas y verduras que son difíciles de lavar o que no se pueden pelar. Las frutas y verduras con piel delgada como la manzana o que pueden pelarse sin esfuerzo como el plátano son buenas opciones. Evite las frutas que son de piel gruesa o que no se pueden pelar como el brócoli, coles de Bruselas, fresas y frambuesas. Las frutas y verduras secas también son difíciles de lavar y no deben comerse.
- La comida que se quedó un rato sin tapar puede contener gérmenes que posiblemente le causen una enfermedad. Evite las barras de ensaladas y bufés. No coma sobras que tengan más de 24 horas.
- Consuma sólo productos lácteos y jugos que hayan sido tratados contra gérmenes. Los productos lácteos deberán tener una etiqueta de «pasteurizado». No coma ni beba nada que no tenga esta etiqueta.
- Olvide los alimentos y bebidas con probióticos vivos, como los que se agregan en algunas marcas de yogur.
- Aunque es raro, las nueces tostadas en su cáscara y la pimienta negra en crudo, la miel cruda y las nueces crudas pueden contener gérmenes que le pueden causar una enfermedad.

Algunas personas tienen que tener más cuidado

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Hable con su equipo sobre:<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Seguridad de las vacunas.<input type="checkbox"/> Cuándo puede practicar sexo sin riesgos.<input type="checkbox"/> Visitar al dentista. | <ul style="list-style-type: none">• Pregunte a su equipo si:<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Puede usar un humidificador.<input type="checkbox"/> Puede trabajar en el jardín con guantes y mascarilla.<input type="checkbox"/> Puede tomar un baño de tina.<input type="checkbox"/> Necesita usar una mascarilla cuando sale a la calle. |
|--|--|

Otras precauciones: _____