

Nutrición y cáncer infantil: un pilar fundamental para la recuperación

Alianza Alimentación con Propósito y Fundación Colombiana de Leucemia y Linfoma

El cáncer infantil representa un desafío significativo tanto para los pacientes como para sus familias. Según cifras de la Cuenta de Alto Costo, a corte del 31 de diciembre de 2023, se han reportado 8.479 casos prevalentes de cáncer pediátrico en Colombia¹. En este sentido, una nutrición adecuada tiene un rol importante para mejorar la calidad de vida y el pronóstico de los niños que enfrentan esta enfermedad.

¿Cómo influye un buen estado nutricional durante el tratamiento?

Los niños con cáncer pueden experimentar falta de apetito, alteraciones en el gusto y dificultades para ingerir alimentos. Además, es común que se presenten impedimentos en la absorción de nutrientes, lo cual puede ser más frecuente en pacientes con complicaciones secundarias al uso de quimioterapia. En este escenario, una nutrición adecuada ayuda a mantener un peso corporal saludable, fortalecer el sistema inmunológico y mejorar la tolerancia a los tratamientos oncológicos.

Tratamientos como la quimioterapia y la radioterapia, pueden causar diversos efectos secundarios que dificultan la alimentación, incrementando el riesgo de malnutrición hasta en el 80 % de los casos². Lo anterior, puede derivar en pérdida de peso, retraso en el crecimiento, fatiga, irritabilidad, mayor susceptibilidad a infecciones y disminución de la capacidad física.

"La atención del cáncer va mucho más allá del tratamiento médico. Desde la Fundación creemos que una atención integral que contemple el acompañamiento nutricional en todas las fases es un eje fundamental para que los niños y sus cuidadores tengan más herramientas para afrontar la enfermedad y mejorar su calidad de vida", expresó Yolima Méndez, presidente de la Fundación Colombiana de Leucemia y Linfoma.

Adicionalmente, los Alimentos con Propósitos Médicos Especiales (APMES) desempeñan un papel crucial en el soporte nutricional de los niños con cáncer. Estos productos, indicados tras una evaluación individual realizada por profesionales de la salud, están formulados para cubrir necesidades particulares cuando la enfermedad o el tratamiento comprometen la ingesta, digestión o absorción de nutrientes esenciales.

Por otro lado, el tamizaje nutricional es un paso fundamental para detectar de manera temprana los riesgos de malnutrición en niños con cáncer. De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (OPS), este proceso debe realizarse en el momento del diagnóstico y de forma periódica durante el tratamiento, ya que permite identificar necesidades particulares, clasificar a los pacientes según su riesgo nutricional y contemplar estrategias oportunas de cara a la intervención.³

Recomendaciones para cuidadores

El rol de los cuidadores es relevante para apoyar la nutrición y el bienestar integral de los niños con cáncer. A continuación, algunas recomendaciones clave:

¹ Cuenta de Alto Costo. 2024. Día Internacional del Cáncer Infantil 2024. Tomado de: <https://cuentadealtocosto.org/cancer/boletin-de-prensa-dia-internacional-de-la-lucha-contra-el-cancer-infantil-2024-el-cancer-es-una-de-las-principales-causas-de-muerte-entre-los-ninos-y-los-adolescentes-en-el-mundo/>

²Cañedo Villarroya E, Blanca García JA, Germán Díaz M. 2022. Nutrición en el niño con necesidades especiales por enfermedad crónica (oncología, nefrología, cardiología). Tomado de: https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/45_nutr_neces_especiales.pdf

³ OPS. 2022. Guía de atención nutricional para el cáncer pediátrico. Tomado de:

https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/56443/9789275326190_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Establecer horarios regulares de alimentación, fomentando un entorno tranquilo, agradable y libre de distracciones para reducir el estrés del niño. De igual forma, se pueden realizar actividades para que la hora de alimentarse sea un momento divertido. Por ejemplo, ayudar a preparar algunos alimentos y comer en familia pueden hacer de la hora de la comida algo positivo.
- Aumentar el consumo de proteínas, calorías, frutas y verduras, proporcionando una dieta sana y equilibrada para el crecimiento y recuperación del niño.⁴
- Ofrecer comidas pequeñas y frecuentes en caso de náuseas, facilitando una mejor tolerancia alimentaria.
- Monitorear el crecimiento mediante el control periódico de peso y talla para identificar oportunamente alteraciones nutricionales.
- Observar signos de malnutrición como pérdida de peso, debilidad, disminución en la masa muscular, piel seca, y caída del cabello, reportándolos oportunamente al equipo médico.
- Consultar al equipo de salud si el niño reduce significativamente su ingesta o limita el tipo de alimentos que consume, de cara a considerar intervenciones específicas que aseguren la cantidad y calidad de su nutrición.

Una nutrición adecuada y oportuna puede marcar una gran diferencia en la evolución y calidad de vida de los niños con cáncer. Integrar el apoyo nutricional al tratamiento médico, con una intervención apropiada, contribuye a reducir los efectos secundarios, fortalece el organismo y brinda mejores condiciones para afrontar cada etapa del proceso con bienestar y esperanza.

⁴ Memorial Sloan Kettering Center. 2023. Cómo ayudar a su niño a alimentarse durante el tratamiento. Tomado de:
<https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/helping-your-child-eat-during-treatment>