



Guía del paciente oncológico

Índice

Introducción.....	3
Nuestra visión del tratamiento en oncología.....	5
• Detener el crecimiento del tumor	6
• Corregir la predisposición precancerosa.....	7
• Retomar el hilo de la vida.....	9
Administración Viscum subcutáneo.....	11
Medición de la temperatura corporal.....	14
Recomendaciones nutricionales para el calor	15
Recomendaciones dietéticas.....	16
Envolturas.....	19
Baño de pies.....	22
Nuestros Servicios.....	25
Profesionales.....	27

Introducción

Entendemos el organismo como una unidad compleja, que evoluciona, se autorregula y conserva su Coherencia espacial y temporal.

No es el cuerpo una suma de partes aisladas e inconexas ensambladas mecánicamente. Es más que la sumatoria de sus partes. El todo se refleja en cada parte y en cada parte, a su vez, se refleja la actuación del todo, asegurando la coherencia y la unidad y en la diversidad.

Esta relación fundamental imprime coherencia, identidad y unidad al sistema ocurren cuando la termoregulación o regulación del Calor corporal está funcionando plenamente y mantiene temperaturas cercanas a $36,5^{\circ}\text{C}$ y con capacidad de reaccionar con fiebre. La fiebre incrementa la potencia del sistema inmune. Asegura la relación dinámica entre los componentes y el todo. La forma y la función son la expresión de este equilibrio fundamental y de la termoregulación.

En condiciones fisiológicas, existe un equilibrio entre la forma y la función de las células dentro del organismo humano, siempre y cuando la termoregulación sea correcta.

Este equilibrio entre forma y función, es la base para el desarrollo saludable del organismo y expresa un justo equilibrio entre la proliferación de las células (forma) y su especialización para realizar una función determinada dentro del organismo. Cada célula tiene un sentido y un lugar definido dentro de la arquitectura corporal. El Calor asegura la coherencia de las partes en el todo.

El crecimiento ordenado y controlado de las células (forma anatómica) está dirigido por el sistema inmune, el cual controla y regula las necesidades de cada célula del cuerpo. Actuaría como el arquitecto que ordena el espacio y coloca a cada célula en su sitio, deteniendo la proliferación celular en su justo y necesario momento.

En el cáncer las temperaturas corporales son inferiores a 36°C . El equilibrio entre la forma y la función se rompe. El organismo como un todo deja de regular el crecimiento ordenado de sus partes. No vigila, ni ordena, ni frena el crecimiento celular predominando la proliferación desordenada de células. El cáncer es favorecido por las bajas temperaturas corporales.

El organismo ha perdido su capacidad de vigilar y frenar las células. El todo no puede controlar las células y en las células no está actuando el todo en sentido regulador. La baja temperatura corporal, por debajo de 36 grados centígrados indica esta tendencia patológica.

En el tumor las células son inmaduras, no sabe respirar, se nutre deficitariamente pierden su capacidad de relacionarse con otras células, y se aíslan, regresando a estados más primitivos. Adquieren movilidad y se desplazan exportándose a otros territorios corporales.





Nuestra visión del tratamiento en oncología

El tratamiento oncológico está enfocado desde un triple aspecto y no exclusivamente centrada en el tumor. Pero no lo descuidamos.

Destacamos estos tres aspectos como puntos centrales en el tratamiento del paciente oncológico:

- 1.-Detener el crecimiento del tumor
- 2.-Corregir la predisposición al cáncer o terreno precanceroso en el cual surgió el tumor
- 3.-Retomar el hilo de la vida

1-. Detener el crecimiento del tumor

Cuando aparece el tumor, el organismo es incapaz por si mismo de detener el proceso. Ha fracasado en su detección y control. La proliferación tumoral se establece como **diámica básica** ante un organismo incapaz de actuar y con baja temperatura corporal.

Los tratamientos hospitalarios de cirugía, quimio y radioterapia, tienen su rol principal en esta fase del cáncer. Son frenos externos para detener, extirpar y controlar el foco emancipado.

Los objetivos en esta fase del cáncer consisten en detener el crecimiento tumoral y erradicar la mayor cantidad posible de tumor dentro del organismo, utilizando las estrategias terapéuticas vigentes y disponibles.

2.- Corregir la predisposición precancerosa: restablecer el equilibrio entre la forma y la función

Los tratamientos oncológicos hospitalarios suelen destruir el tumor, pero afectan colateralmente al conjunto del organismo, y al sistema inmune en particular, produciendo efectos secundarios importantes y deteriorando la calidad de vida del paciente.

El tratamiento complementario durante la fase de administración de quimioterapia, se hace necesario para revertir los efectos secundarios de la quimioterapia sobre el sistema inmunológico especialmente y restituir la coherencia y unidad del organismo para que ejerza el control sobre el foco tumoral.

La intención del tratamiento complementario es:

- ♦ Mejorar la tolerancia a los tratamientos hospitalarios, de tal modo que se establezca el escenario ideal de balance entre el beneficio terapéutico y los efectos secundarios. De este modo durante los tratamientos hospitalarios prolongados se mantiene un buen estado general y calidad de vida del paciente.

- ♦ Después del tratamiento hospitalario se inicia la fase de revisiones y controles periódicos. Durante esta fase en la cual el tumor está controlado, el tratamiento complementario se propone mejorar, potenciar y restablecer la función del organismo como un todo, para que vigile y frene la potencial tendencia proliferativa de las células.

El organismo como una unidad coherente y actuando como un todo, siempre y cuando tenga condiciones de Calor adecuadas, lo podemos representar como una fuerza centrípeta de contención, oposición y control sobre el foco tumoral el cual es ocupante de espacio, ejerciendo una fuerza centrifuga de dispersion y explosión. La proliferación celular es centrífuga, mientras que el organismo actúa de manera centrípeta. Es como un escultor que modela la forma ideal de los órganos, retirando aquellas células que distorsionan la anatomía o la forma de la obra.

Esta segunda fase del tratamiento se dirige a restablecer la función del organismo para que el todo regule a la parte afectada por la enfermedad. Es muy importante para ello, recuperar el calor y la temperatura corporal por encima de los 36 grados centígrados.

(Véase nuestro boletín número 4 sobre el tema del Calor, para ampliar conceptos al respecto y ver su importancia en la salud.)

3.-Retomar el hilo de la vida

El diagnóstico del tumor marca un hito en la biografía individual. Señala un antes y un después. La enfermedad genera una crisis profunda y a la vez crea una oportunidad única para el cambio. Percibir el contexto biográfico que ha precedido al diagnóstico, es importante para reconocer y detectar las actitudes anímicas, los hábitos, estilos de vida y factores de riesgo implicados en la formación del tumor.

No es suficiente con banalizar la enfermedad y argumentar que son cambios genéticos y moleculares, en los cuales nosotros no participamos y nada tenemos que ver con ello. Es una actitud de negación que nos aleja de la realidad y de la oportunidad de tomar las riendas de la biografía en las propias manos.

Una actitud responsable y madura, nos debe colocar a la altura de las circunstancias, para evitar repetir los modelos biográficos que la han propiciado y así evitar quedar atrapados en dinámicas circulares que perpetúan la tendencia a enfermar.

Los tratamientos hospitalarios, con su intensidad, continuidad y toxicidad, abren un paréntesis en nuestra biografía, obligándonos a detener las actividades cotidianas.

Se abre un espacio y nace un tiempo valioso para dedicarse a si mismo y auto conocerse cada vez más, para luego retomar el hilo de la vida de manera renovada y ser más consciente y protagonista de la propia biografía. Imprimirle dirección y sentido a la propia vida. Ser autor de nuestra biografía.

Las ingentes fuerzas de voluntad y de ánimo que moviliza el cáncer, retándonos a superarlo, constituyen un entrenamiento potente que nos activa y renueva para seguir el camino de la vida fortalecidos, y enfrentar adversidades desde una experiencia profunda y sincera consigo mismo.

La salud no es la ausencia de enfermedad. Es un estado activo resultado de una experiencia interior y corporal de la enfermedad. Surgen nuevas fuerzas interiores y se abren renovados caminos para seguir la vida.

No solo buscamos la curación corporal, a veces no es posible, pero siempre buscaremos sanar anímica y espiritualmente. Es parte de nuestra evolución biográfica. No somos solo cuerpo, somos también alma y un ser espiritual que es quien escribe nuestra identidad en la biografía y le imprime sentido. Parte de nuestra dignidad como seres humanos, es vivir conscientemente y morir humanamente.

En ocasiones la enfermedad está muy desarrollada dominando la dimensión corporal e impidiendo la curación física, entonces la enfermedad avanza hasta conducirnos hacia el final de la vida. Pero las transformaciones anímicas y espirituales logradas durante el proceso, nos habrán fortalecido interiormente otorgando cualidades que nos serán de gran valor una vez hayamos cruzado el umbral del mundo material rumbo al infinito.



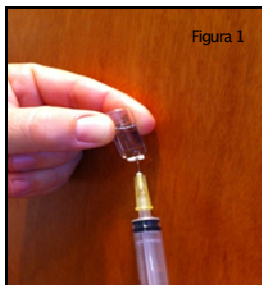
Administración de Viscum Album subcutáneo

El **Viscum Album** (conocido como muérdago) se utiliza en el tratamiento complementario del cáncer, por su capacidad de estimular el sistema defensivo del organismo. Para mayor información consultar la web: www.misteltherapie.de

La **duración del tratamiento suele ser a largo plazo**. Se inicia con la inyección subcutánea a bajas dosis que van aumentando de forma progresiva, alternando con periodos de descanso.

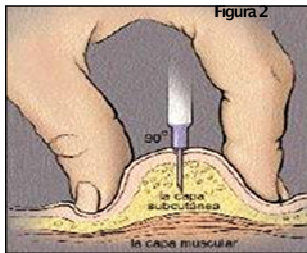
¿Qué necesito? 1 ampolla de viscum + 1 jeringa de 1 ó 2 ml + aguja fina subcutánea + algodón

¿Cómo lo preparo? prepare la jeringa junto con la aguja. Rompa el capuchón de la ampolla por la zona marcada con un punto, y rellene la jeringa con el líquido, tal y como se muestra en la imagen a continuación. De esta manera, es difícil que quede aire en la jeringa (figura 1)



¿Dónde me lo pincho? A no ser que el doctor le indique lo contrario, se inyectará el Viscum en la zona del abdomen o en los laterales extremos de los muslos, siempre lejos de cicatrices recientes. **Nunca** pinchar en extremidades superiores (brazos)

¿Cómo me lo inyecto? Con la piel limpia, haga un pliegue con los dedos e introduzca la aguja con la jeringa de forma perpendicular lentamente (figura 2)



¿Cuándolo hago? Siempre por la mañana, antes de levantarse e iniciar la actividad diaria. Después de pinchárselo debería estar de 20 a 30 minutos en reposo y envuelto en calor.

¿Tengo que hacer algo más? Sí, medirse la temperatura corporal en la boca, colocando el termómetro debajo de la lengua durante 2 ó 3 minutos y anotar los datos para hacer un seguimiento.

¿Puedo tener alguna reacción? Sí, y no es indicativo de que exista ningún problema. Las dosis van aumentando progresivamente y es por esto que en algún momento puede aparecer en la zona del pinchazo una rojez o endurecimiento con picor. Es importante que haya una aplicación profunda y perpendicular.

¿Qué hacer si me aparece la rojez? Puede aplicarse hielo envuelto en un paño de algodón durante unos minutos varias veces al día, hasta que baje la inflamación, así como variar el punto de aplicación del viscum. (figura 3)

Si el diámetro de la rojez es superior a 5 cm, póngase en contacto con el equipo de la clínica.

Hasta 5 cm se considera una reacción normal.

¿Qué hago con la aguja una vez utilizada? una vez utilizada hay que asegurarse de que quede bien cubierta con el capuchón de plástico y depositarla en un recipiente de cristal. Cuando se tengan suficientes acuda a un centro de recogida o a nuestro centro para realizar una correcta gestión.

Medición de la temperatura corporal

Es importante llevar un control de su temperatura corporal, ya que durante el transcurso de su tratamiento ésta puede verse modificada, y es uno de los aspectos considerados beneficiosos.

La temperatura se medirá de forma oral, esto quiere decir que usted debe ponerse el termómetro en la boca, debajo de la lengua, antes de levantarse de la cama por la mañana.

Diferenciaremos lo que llamamos **fiebre** de lo que llamamos **hipertermia**:

- **Fiebre:** aumento de la temperatura incluso hasta alcanzar los 39°C, situación a la que se le suman síntomas como dolor de cabeza, malestar general y temblores o tiritonas. En esta situación deberá seguir siempre las indicaciones de su médico oncólogo de referencia si está en tratamiento con quimioterapia.
- **Hipertermia o aumento de la temperatura corporal:** también hasta las mismas cifras que en la fiebre pero sin estar acompañada de síntomas como dolor de cabeza, malestar general y sobretodo tiritonas. Sí que podría sentir la necesidad de meterse en la cama para recogerse y descansar. En este caso no tomar antitérmicos. Si tiene alguna duda contacte con nosotros

Recomendaciones nutricionales para el calor

Nuestra organización calórica tiene que ver con nuestra individualidad y nuestra autoconciencia, es decir, con nuestro Yo. El ser humano es un ser calórico por lo que es más afín al calor que al frío. De ello se deriva que debe elevar hasta su organización calórica todo cuanto ingiere y así preservar el calor corporal. Para mantener el calor deberemos tener presentes las siguientes recomendaciones, las cuales se deberán siempre individualizar:

- Las comidas calientes y cocidas son más fácilmente digeribles y son una fuente de calor más recomendable que los alimentos fríos y crudos.
- Cuando calentamos o cocinamos los alimentos, estos pueden ingresar más fácilmente a la organización calórica, ya que la cocción es una pre-digestión. De este modo puede llevar al hombre a sus funciones internas e individuales.
- En caso de temperaturas corporales menores de 35°C es más recomendable la alimentación cocida que cruda.
- En verano se dará una mayor proporción de alimentos crudos y fríos, en cambio en invierno nuestra organización calórica está luchando contra el frío exterior, por lo que no podemos sobre-exigirla con una gran proporción de alimentos crudos.

Debemos tener siempre presente que la alimentación es un momento de encuentro con las personas, por lo que este tipo de situaciones son las que fortalecen el calor anímico y por lo tanto son tan necesarias y nutritivas como la alimentación saludable.

“No solo de pan vive el hombre” reza el antiguo refrán, sino también de las fuerzas vitales que están en los alimentos y del encuentro humano que supone el comerlos.

Recomendaciones dietéticas

Nuestro objetivo principal con la dieta es mantener un buen estado nutricional que nos permita un mejor estado general y una mayor calidad de vida ya que los tratamientos médicos actuales (quimioterapia, radioterapia, cirugía o sus combinaciones) afectan al estado nutricional.

La dieta debe estar confeccionada por alimentos :

- Biológicos, ecológicos y orgánicos. Con ello conseguiremos una alimentación más rica en nutrientes, con alimentos no manipulados genéticamente y libres de pesticidas, abonos, etc...
- Integrales, es decir, no refinados ni manufacturados.
- Variados: ir combinándolos según los momentos, gustos, necesidades, épocas del año y estados personales.
- Fáciles de digerir, por lo que su forma de cocción debe ser: hervida, al vapor, o bien a temperatura suave si es al horno o a la plancha.

Conviene tener en cuenta los siguientes consejos :

- Conseguir un ambiente relajado y cálido a la hora de comer.
- Mantener un hábito de comidas regular y fraccionarlas en varias tomas a lo largo del día para lograr una mayor tolerancia y asimilación.
- Potenciar la higiene bucal.
- Se aconseja comer y masticar lentamente.
- La dieta debe ser siempre individualizada, teniendo presente las necesidades del paciente.
- Tomar líquidos suficientes, sobre todo entre horas (evitar durante las comidas). Principalmente: agua, infusiones, zumos naturales, ...
- Realizar una dieta variable en lo posible.

A continuación les mostramos algunos ejemplos de alimentos que pueden incluir en su dieta:

Receta de Quínoa Básica

La quínoa es un pseudo-cereal rico en aminoácidos esenciales. Contiene el doble de proteínas que cualquier otro cereal. Es rico en hierro, calcio y vitaminas por lo que resulta un alimento muy completo. Es de fácil digestión y no contiene gluten.

Antes de cocinarlo debe lavarse con agua fría durante unos segundos. La cocción ha de ser de unos 15 minutos aproximadamente. Estará en su punto de cocción cuando el grano esté entre blanco y transparente. Debe cocinarse a fuego medio usando 2 tazas y media de agua por cada taza de quínoa. La sal y otros condimentos deben añadirse después de la cocción.

Podemos usarla como sustituto del arroz en nuestros platos. Añadirla a las sopas, verduras, etc.... También podemos elaborar deliciosas croquetas, pastas, hamburguesas vegetales y ricos postres.



Receta de crema de copos de avena



Ingredientes para 1 persona:

400cc de agua

3 cucharadas soperas de copos de avena

50–100gramosde verduras cortadas muy pequeñas (en juliana)

1 chorrito de aceite de oliva virgen

1 pizca de sal (opcional)

Preparación:

Poner en una olla con agua fría, los copos de avena, las verduras elegidas y una pizca de sal si se desea. Cuando empiece a hervir bajar el fuego y cocer durante 5 minutos, siempre a fuego lento y removiendo para que la avena no se pegue. Finalizada la cocción, pasar la mezcla por la batidora y añadir al gusto un chorrito de aceite de oliva virgen.

Efectos terapéuticos de la avena:

- Disminuye niveles de colesterol
- Disminuye niveles de glucosa
- Sedante
- Diurético
- Protege la mucosa digestiva
- Laxante

Envolturas

Es...

“Envolver” una zona del cuerpo (tórax, abdomen, extremidades,...) o bien zonas más locales, es decir, sobre determinados órganos o regiones (hígado, estomago, riñón, etc....) con compresas o paños calientes impregnados previamente con la sustancia que queremos administrar (pomadas: oxalis, cobre..; infusiones: milenrama, camomila y aceites: árnica, lavanda, etc. ...).Con el objetivo de favorecer el calor corporal y por consiguiente favorecer el aumento de la temperatura del cuerpo, acompañando de un efecto armonizante y tranquilizante.

Necesitamos...

Paños de algodón, lino y lana natural de diferentes medidas en función de la zona a envolver. Paño de lana exterior, paño de algodón natural y una compresa impregnada de la sustancia que queremos administrar. También la sustancia que se aplica y la bolsa de agua caliente. En caso de infusiones también necesitamos un colador, pinzas de madera y bol de cristal o porcelana.

¿ Cuando?

Su frecuencia vendrá determinada en función del estado general y de la temperatura corporal de cada persona; habitualmente se aplica después de las comidas o incluso antes de acostarnos. El tiempo de aplicación de la envoltura dependerá del tipo de sustancia que apliquemos. Si se trata de compresas impregnadas del líquido de infusión será de 20 minutos ya que transcurrido este tiempo la compresa se enfría y no se conseguirá el objetivo de calor. Lo retiramos y seguiremos envueltos en calor. En el caso de aplicar aceites o pomadas se extenderá una pequeña capa de la sustancia en la cara del paño en contacto con la piel y éste será de mínimo 30 minutos. Si su aplicación es diaria podemos guardar el paño impregnado en una bolsa de plástico resguardado de la luz durante siete días y transcurrido este tiempo lo cambiaremos por otro nuevo.



¿Cómo lo hacemos?

Se aconseja realizarla acostado en una cama o similar, en un ambiente tranquilo y cálido que favorezca la relajación y el bienestar; sin presencia de estímulos externos, en completo silencio y reposo. Tendremos preparado los paños según la medida que necesitemos para la zona a envolver. En la cama ya preparada, colocaremos el paño de lana y encima de éste el paño de algodón natural en la zona de aplicación, para que al tumbarnos nos quede la parte posterior del cuerpo en contacto con la envoltura y sólo tengamos que terminar de envolver.



Si aplicamos infusiones, previamente deberemos prepararla. Una vez transcurrido el tiempo de reposo la verteremos en el bol de porcelana y sumergiremos en él el paño. Tendremos preparado un paño seco de algodón donde, con la ayuda de unas pinzas de madera, colocaremos el paño impregnado de infusión para envolverlo y escurrirlo bien. Si nos la hacemos nosotros mismos, lo guardaremos en calor con la ayuda de la bolsa de agua caliente.

Nos tumbaremos en la cama dejando desnuda la zona a tratar y mantendremos el resto del cuerpo bien tapado para proporcionar calor al mismo. Para evitar quemarnos probaremos la temperatura del paño antes de dejarlo definitivamente colocado. Nos envolveremos primero con el paño de algodón y posteriormente con el de lana bien ajustados, sin que nos llegue a oprimir, para que no nos queden bolsas de aire ni arrugas ; ya que éstas nos producirían sensación de frío. Para finalizar colocaremos encima de la envoltura la bolsa de agua caliente que teníamos preparada y terminaremos de taparnos bien todo el cuerpo. Nos mantendremos en reposo un mínimo de 20 minutos, tiempo muy importante ya que es el momento donde se empieza a integrar el tratamiento.



Baño de pies

Es una de las actividades que llevamos a cabo para mantener o mejorar el calor interno (en nuestro caso hablamos de baño de pies caliente). Consiste en sumergir las piernas hasta las pantorrillas en agua caliente, en la que previamente se habrá disuelto la sustancia indicada, como por ejemplo, jengibre, sal, lavanda, etc...; Normalmente, para aumentar la temperatura corporal, lo prepararemos con jengibre.

¿Qué necesitamos?

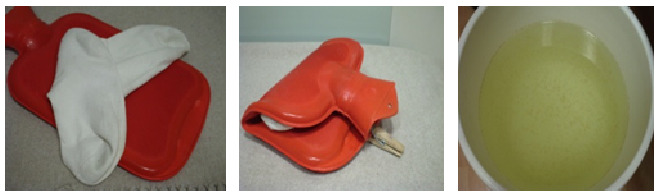
- Dos toallas
- Un barreño de agua que pueda cubrir hasta las rodillas
- Una jarra para el agua caliente
- Sustancia para el baño (jengibre, sal, lavanda, etc...)
- Calcetines de lana o algodón 100%
- Una bolsa de agua caliente
- Una pinza



La frecuencia con la que realizaremos el baño de pies va en función del estado general y de la temperatura corporal de cada persona. Las indicaciones suelen ir dirigidas a aumentar la temperatura siempre que sea necesario, ya sea mediante envolturas, bolsa de agua caliente aplicada en hígado o baño de pies. En el caso del baño, se recomienda hacerlo por la tarde-noche o incluso antes de irse a dormir. La duración del baño suele pasar de los 10-15 minutos. El hecho de que se realice cada día o días alternos, o con cualquier otra cadencia, va a ir en función de la prescripción médica, la disponibilidad y las necesidades de la persona.

¿Cómo lo hacemos?

Se recomienda que se propicie un ambiente tranquilo y relajado, en una sala con una temperatura ambiental confortable. Para mantener mejor el calor, puede ir bien colocar una alfombrilla de toalla debajo del balde. Tendremos también preparada la bolsa de agua caliente plegada con los calcetines dentro, para mantenerlos calientes.



También tendremos preparada una toalla lo suficientemente grande para cubrir el cubo cuando tengamos los pies dentro, así se reduce la fuga de calor.

Con el agua lo suficientemente caliente (alrededor de unos 37–38°C), y en función de lo que tolere cada uno y sin quemarse, llenamos el cubo de manera que nos pueda llegar el agua por debajo de las rodillas. Es importante poder sumergir las pantorrillas en el agua. Añadimos la sustancia y removemos un poco el agua. Nos dejamos cerca una jarra de agua muy caliente preparada. Ésta nos servirá para rellenar un poco más el cubo cuando el agua esté perdiendo temperatura. Así podremos alargar el tiempo de baño caliente si lo necesitamos.

A continuación, metemos los pies en el cubo y cubrimos con una toalla la parte del barreño que queda descubierta. Nos relajamos y evitamos realizar cualquier actividad como leer, mirar la TV, charlar, comer, etc. El baño será mucho más efectivo, si nos es posible tener las piernas sumergidas hasta por debajo de las rodillas teniendo los pies en suspensión, ya que las plantas de los pies en contacto con la base del balde se enfriarán con más facilidad.



Si vemos que se enfría el baño y no hemos alcanzado el tiempo suficiente (normalmente se tratará de unos 10–15 minutos de duración), rellenamos el balde con la jarra de agua que previamente habíamos calentado. Esto nos puede permitir unos 5' más de calor.

Una vez acabado el tiempo de baño, sacamos los pies, los secamos bien y nos ponemos los **calcetines guardados en calor** con la bolsa de agua caliente. Nos mantenemos un tiempo en reposo y si podemos nos estiramos.



Nuestros Servicios

- Oncología Integrativa
- Medicina Antroposófica (adultos, infancia y adolescencia)
- Tratamientos oncológicos complementarios
- Psicología Antroposófica con acompañamiento biográfico
- Psicooncología

Profesionales

DirectorMédico: Dr. Juan Camilo Botero. Oncología y Medicina Antroposófica

Oncología y Medicina Antroposófica: Dr. Juan Camilo Botero. Médico Oncólogo. Médico Antroposófico.
Col.30259

Psicología Antroposófica: Silvia Ángel Lda. en Psicología. Psicóloga Clínica y Psicoterapeuta Antroposófica.
Psicooncóloga.

