



[cancer.org](https://www.cancer.org) | 1.800.227.2345

## Pérdida de apetito (anorexia) y caquexia

El cáncer y su tratamiento pueden aumentar la cantidad de energía que necesita su cuerpo. Al mismo tiempo, podría perder el apetito (anorexia), lo que puede llevar a la caquexia.

- La anorexia es la pérdida de apetito. Si pierde el apetito, es probable que coma menos. Y esto a su vez puede hacer que baje de peso y se sienta más cansado y débil.
- La caquexia ocurre cuando las personas con cáncer pierden el apetito por completo. Esto hace que pierdan peso y masa muscular. La caquexia es más común en personas con [cáncer avanzado](#)<sup>1</sup>.

Tanto la anorexia como la caquexia pueden afectar su calidad de vida y capacidad para realizar actividades habituales. También pueden afectar cómo va a sobrellevar su tratamiento contra el cáncer.

- [Anorexia](#)
- [Cómo se trata la pérdida de apetito](#)
- [Hable con el equipo de atención contra el cáncer sobre la anorexia](#)
- [Caquexia por cáncer](#)
- [Tratamiento de la caquexia](#)
- [Consejos para la familia, amigos y otros cuidadores](#)
- [Hable con el equipo de atención contra el cáncer sobre la caquexia](#)

### Anorexia

¿Cuáles son las causas de la pérdida de apetito (anorexia)?

Las personas con cáncer pierden el apetito por muchas razones.

Los tumores en partes del tracto digestivo o áreas cercanas podrían hacer que sea más difícil comer. Podrían causar dificultad para tragar o hacer que se sienta lleno después de haber comido solo un poco.

- Hormonas que liberan algunos cánceres que hacen que el cuerpo no sepa que tiene hambre.
- [Cambios en el sentido del gusto o del olfato](#)<sup>2</sup>
- [Dolor](#)<sup>3</sup>
- [Náuseas o vómitos](#)<sup>4</sup>
- [Estreñimiento](#)<sup>5</sup> o [diarrea](#)<sup>6</sup>
- El estrés, la [depresión](#)<sup>7</sup> y la [deshidratación](#)<sup>8</sup> pueden hacer que alguien tenga menos hambre.
- Otros problemas de salud y los medicamentos que se usan para tratarlos también pueden causar pérdida de apetito.

### **Síntomas de la pérdida de apetito**

- Comer menos de lo acostumbrado o no comer nada
- Tener poco o ningún interés en la comida
- Rechazar las comidas favoritas
- Pérdida de peso

La pérdida de apetito es común con algunos tipos de cáncer y tratamientos. Puede causar pérdida de peso, debilidad y otros problemas. Estos problemas pueden hacer que le resulte más difícil sobrellevar su tratamiento.

A veces, la gente pierde el apetito por poco tiempo, pero algunas personas lo pierden por días o semanas. Apenas lo note, avísele a su equipo de atención contra el cáncer si cambia su apetito antes, durante o después del tratamiento. Informarles sobre los cambios en el apetito puede ayudar a limitar los problemas que causan perder peso y no ingerir suficiente comida y líquidos.

- Tratar los síntomas que hacen que le resulte más difícil comer
- Recomendarle que consulte a un profesional de la salud especializado en nutrición (como un RDN o un RD), que pueda darle ideas sobre cómo consumir más alimentos y líquidos.
- Sugerirle medicamentos que podrían ayudar a aumentar el apetito Medicamentos recetados como metaclopramida, acetato de megestrol, olanzapina y dexametasona (esteroide) Medicamentos de venta libre para los gases y otros problemas que pueden no necesitar una receta Se están estudiando los posibles beneficios del cannabis (marihuana) para ayudar a controlar la pérdida de apetito y las náuseas causadas por el cáncer y su tratamiento. Pero el cannabis tiene algunos riesgos y puede ser dañino en ciertas situaciones, formas y dosis. Hay dos medicamentos cannabinoides que tienen aprobación de la FDA para ayudar a controlar las náuseas: el dronabinol y la nabilona. Ambos requieren receta.

### **Consejos para controlar la pérdida de apetito**

Comer tan bien como pueda es importante para poder sobrellevar el cáncer, los tratamientos y los efectos secundarios. Estas son algunas sugerencias que podrían ayudarle si su apetito cambia:

- Coma cuando tenga hambre. No tiene que esperar a que sea el horario de la comida.
- Coma varias comidas pequeñas o bocadillos durante el día, en lugar de 3 comidas más abundantes.
- Coma sus alimentos favoritos a cualquier hora del día, por ejemplo, si le gustan mucho la comida propia del desayuno, puede comerla para la cena.
- Trate de tomar solo pequeños sorbos de líquidos mientras come para evitar sentirse lleno.
- Trate de tomar la mayoría de los líquidos entre comidas.
- Si le molesta el olor de la comida, pruebe comiendo alimentos que estén fríos o a temperatura ambiente.
- Haga que comer sea más agradable comiendo con su familia o amigos, eligiendo sus alimentos favoritos, poniendo la mesa con platos bonitos, poniendo su música favorita o viendo la televisión.
- Manténgase tan activo como pueda. Empiece despacio y vaya aumentando la actividad poco a poco.
- Si tiene náuseas o dolor, tome los medicamentos que le haya dado el equipo de

- atención contra el cáncer unos 30 minutos antes de la hora prevista para comer.
- Tenga a su alcance una variedad de bocadillos ricos en proteína que sean fáciles de preparar y de comer. Por ejemplo: yogur, cereal y leche, medio emparedado, un plato de sopa sustanciosa, queso y galletas saladas.
  - Vea estos [consejos para añadir calorías y proteínas a las comidas](#)<sup>9</sup> e inclúyalos en sus comidas y refrigerios durante el día.

## Hable con el equipo de atención contra el cáncer sobre la anorexia

Informe a su equipo de atención contra el cáncer si tiene alguno de estos síntomas:

- Se siente enfermo del estómago y no puede comer nada por un día o más
- Tiene vómitos durante más de 24 horas
- No puede beber ni retener líquidos
- Pierde tres libras o más en una semana (o menos de una semana)
- No orina (hace pis) a menudo y, cuando lo hace, la orina sale en pequeñas cantidades, tiene olor fuerte o es de color oscuro
- No orina (hace pis) durante todo un día
- No mueve el vientre (hace caca) durante 2 días o más

## Caquexia por cáncer

### ¿Cuáles son las causas de la caquexia cancerosa?

La caquexia se da cuando:

- El cuerpo necesita más energía (calorías) para soportar los cambios causados por el cáncer o sus tratamientos.
- La persona con cáncer pierde el apetito y no puede comer suficientes calorías para satisfacer las necesidades del cuerpo.

La persona con caquexia por cáncer pierde masa muscular, grasa y peso en general. Esto puede causar debilidad y fatiga, y es posible que no pueda hacer las actividades diarias habituales.

obesidad antes de tener cáncer, puede parecer que ha bajado de peso. A veces hay que hacer análisis de sangre para saber si alguien tiene caquexia.

La caquexia por cáncer puede hacer que bajen los niveles de algunos nutrientes, como proteínas y ciertas vitaminas y minerales, y puede ser mortal. Las personas con cáncer que pierden peso sin proponérselo deben avisarle a su equipo de atención contra el cáncer.

## Tratamiento de la caquexia

Las personas con caquexia necesitan obtener más calorías y proteínas para compensar la pérdida de peso, masa muscular y otros nutrientes. Los pasos para tratarla pueden incluir:

- Consultar a un profesional de la salud especializado en nutrición (como un RDN o un RD) para crear un plan para dejar de perder peso. A menudo se sugiere una dieta rica en proteínas y calorías con alimentos que tengan muchos nutrientes. Esto puede incluir diferentes suplementos o formas de preparar las comidas. También pueden darle consejos sobre cómo controlar la pérdida de apetito.
- El equipo de atención contra el cáncer puede recetarle algunos medicamentos para aumentar su apetito o ayudar con los otros síntomas que pueden hacer que tenga menos apetito.
- También puede ser útil intentar seguir algunos de los consejos para controlar la pérdida de apetito.

## Consejos para la familia, amigos y otros cuidadores

La pérdida de apetito y la caquexia pueden causar muchos síntomas que hacen que comer y beber sea muy difícil. Y puede ser difícil ver que su ser querido no quiere comer. **Pero no es algo que usted pueda controlar.** Trate de que no pase a ser un motivo de conflicto.

- Entienda que su ser querido no puede controlar su pérdida de apetito. Y usted no puede controlar si come o no.
- Forzarlo a comer puede **empeorar el problema**. Traten de no pelearse por el tema de la comida.
- Apoye a su ser querido cuando sienta que puede comer. A veces, tener a alguien con quien comer puede hacer que la comida sea más agradable.

- Tenga en cuenta que su ser querido podría pedirle comida, pero cuando esté lista, es posible que ya no la quiera. Esto es frustrante, pero muy común.  
Encuentre otras maneras que no tengan que ver con la comida de demostrarle su

7. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/efectos-secundarios-emocionales/depresion.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/efectos-secundarios-emocionales/depresion.html)
8. [www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/problemas-alimentarios/liquidados-y-deshidratacion.html](http://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/problemas-alimentarios/liquidados-y-deshidratacion.html)
9. [www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/bienestar-durante-el-tratamiento/nutricion/una-vez-que-inicie-el-tratamiento.html](http://www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/bienestar-durante-el-tratamiento/nutricion/una-vez-que-inicie-el-tratamiento.html)
10. [www.cancer.org/es/cancer/contenido-medico-y-de-salud-en-cancer-org.html](http://www.cancer.org/es/cancer/contenido-medico-y-de-salud-en-cancer-org.html)

## Referencias

American Society of Clinical Oncology. Appetite Loss. Accessed at cancer.net. Content is no longer available.

Baker Rogers J, Syed K, Minter JF. Cachexia. [Updated 2023 August 8]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2022 Jan-. [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470208/#\\_NBK470208\\_pubdet\\_](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470208/#_NBK470208_pubdet_)

Braun IM, et al. Cannabis and cannabinoids in adults with cancer: ASCO guideline. *Journal of Clinical Oncology*. 2024; 42(13). Available at <https://ascopubs.org/doi/10.1200/JCO.23.02596>.

Jolley, C. Palliative Care. In: Eggert JA, Byar KL & Parks LS, ed. Cancer Basics. Oncology Nursing Society; 2022: 263-276.

National Comprehensive Cancer Network (NCCN). Clinical practice guidelines in oncology: Palliative care. Version 2.2023. Accessed at [www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/palliative.pdf](http://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/palliative.pdf) on February 1, 2024.

Oncology Nursing Society (ONS). Anorexia. Accessed at <https://www.ons.org/pep/anorexia> on February 1, 2024.

Actualización más reciente: noviembre 11, 2024

## Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la American Cancer Society (<https://www.cancer.org/es/cancer/contenido-medico-y-de-salud-en-cancer-org.html>)

10

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**