

Consejos para controlar la dificultad para beber líquidos



Algunas cosas que usted puede hacer por su cuenta

Pruebe formas alternativas de ingerir líquidos.

- Beba un vaso de agua al despertarse por la mañana Y justo antes de acostarse por la noche.
- Intente comer paletas de helado o trocitos de hielo, o chupar caramelos duros como *Lifesavers*.
- Tome pequeños sorbos de líquido con frecuencia a lo largo del día.
- Intente comer alimentos que contengan mucho líquido, como sopa, melones, budín o gelatina.



Con la ayuda de su equipo de atención médica

Pregunte a su equipo de atención médica sobre los medicamentos con receta que le ayuden a retener líquidos.

- Tome los medicamentos que le hayan recetado para las náuseas y los vómitos.
- Su equipo de atención médica puede administrarle algunos líquidos por vía intravenosa.



Cuándo debe llamar a su equipo de atención médica para solicitar ayuda

- Si no ha podido beber nada durante 12 horas o más
- Si tiene otros síntomas que le dificultan beber, como náuseas o vómitos
- Si tiene mareos, desmayos o frecuencia cardíaca acelerada
- Si no ha orinado durante 12 horas o más
- Si tiene signos de pérdida de líquido, como:
 - Sentir debilidad, mareos o como si se fuera a desmayar
 - Tener orina de color oscuro o muy escasa
 - Tener la boca seca y/o tener sed
- Si tiene problemas para ingerir alimentos
- Si tiene dolor intenso al tragar o si tiene la sensación de que lo que traga está “atascado”



Para obtener más información y apoyo, visite el sitio web de la American Cancer Society en: cancer.org/deshidratacion o llámenos al: **1-800-227-2345**. Estamos aquí cuando usted nos necesite.