Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Neutropenia (recuento bajo de glóbulos blancos)

En esta información se explica qué es la neutropenia (recuento bajo de glóbulos blancos) y cómo prevenir una infección mientras tiene neutropenia.

Información sobre la neutropenia

La neutropenia se presenta cuando se tiene una cantidad baja de neutrófilos (un tipo de glóbulo blanco) en la sangre. Los niveles de neutrófilos se consideran bajos si son menores a 500 células/mm3. Después de ciertos tipos de tratamientos contra el cáncer, es común tener neutropenia.

Los neutrófilos ayudan al cuerpo a combatir infecciones. Cuando se tiene neutropenia, se está en mayor riesgo de padecer una infección. Normalmente, el primer indicio de que tiene una infección es una temperatura de 100.4 °F (38.0 °C) o más. Para prevenir una infección, debe seguir las instrucciones en este recurso hasta que su recuento de neutrófilos vuelva a la normalidad.

Fíjese si hay signos de infección que se brindan en este recurso. Si tiene algún síntoma o señal de infección, llame a su proveedor de cuidados de la salud. Asegúrese de tomar su temperatura oralmente (por la boca), según las indicaciones de su proveedor de cuidados de la salud. Llame a su proveedor de cuidados de la salud si la temperatura es de 100.4 °F (38 °C) o más.

Practique buenos hábitos de higiene

Si tiene neutropenia, es importante mantener una buena higiene. Siga las pautas en esta sección. Para obtener más información sobre la higiene de manos, lea el recurso *Higiene de manos y prevención de infecciones* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/hand-hygiene-preventing-infection)

- Póngase crema humectante a diario para prevenir que la piel se seque y se agriete.
- Lavarse las manos con jabón antibacterial. Ese tipo de jabón elimina mejor los gérmenes.
    - Para lavarse las manos, humedezca las manos con agua tibia y luego refriegue las manos con jabón durante al menos 20 a 30 segundos. Enjáguelas con agua tibia directamente bajo el chorro. Sécatelas con toallas de papel limpias.

- Límpiatelas con un antiséptico a base de alcohol (como Purell®) después de saludar a alguien con un apretón de manos o de tener contacto con niños pequeños.
    - Si usa un antiséptico para manos a base de alcohol, cúbrase bien las manos con el producto y restriéguelas durante 20 a 30 segundos.
- Lávese las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol o un jabón antibacteriano después de tocar superficies de alto contacto, como:
    - Cajeros automáticos.
    - Perillas de puertas.
    - Teléfonos.
    - Botones de ascensor.
    - Teclas de computadoras.
    - Timbres de llamada.
- Si tiene una vía intravenosa (IV) o un catéter central, mantenga el área limpia y seca. Informe a su proveedor de cuidados de la salud si presenta enrojecimiento, hinchazón, calor, dolor o drenaje cerca del sitio.
- Cepillarse los dientes después de cada comida. Utilizar un cepillo de dientes de cerdas ultrasuaves. Para obtener más información, lea la sección “Cuidado de la boca” en *Trasplante de células madre alogénicas: guía*

para pacientes y cuidadores (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/allogeneic-stem-cell-transplantation)

Cómo prevenir infecciones

Las siguientes son algunas maneras de prevenir infecciones:

- Evitar recibir visitas de personas que estén resfriadas o que hayan tenido una infección recientemente.
- Póngase una mascarilla cuando esté en lugares públicos, use transporte público o esté en sitios muy concurridos. Esto le ayudará a protegerse de resfriados o de contraer otras infecciones respiratorias.
- No se haga ningún procedimiento dental que no sea urgente. Hable con su proveedor de cuidados de la salud antes de realizar alguno de esos procedimientos.
- No coma alimentos de afuera a menos que su proveedor de cuidados de la salud le indique que está bien.
- No coma carnes, pescado ni huevos crudos. Para obtener más información sobre las pautas en relación con la seguridad de los alimentos cuando se tiene neutropenia, lea el recurso *Seguridad de los alimentos durante su tratamiento contra el cáncer* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-

education/food-safety-during-cancer-treatment).

- No comparta tenedores, cucharas, vasos ni ningún otro objeto que use para comer o beber.
- No se haga las uñas ni los pies, no se depile con cera ni se haga un tatuaje sin la aprobación de su proveedor de cuidados de la salud.
- No se afeite el cuero cabelludo. Trate de evitar afeitarse cualquier parte del cuerpo. Si tiene que afeitarse, use una rasuradora eléctrica.
- Lávese las manos después de tocar cualquier animal.
- No toque ningún producto de desecho animal (como cajas de excrementos, peceras o jaulas de mascotas).
- No trabaje en el jardín ni manipule tierra ni flores frescas ni secas.
- Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre las inyecciones que puede ponerse para que le ayuden a prevenir infecciones (como la vacuna contra la gripe).
- Pregunte a su proveedor de cuidados de la salud si puede:
  - Usar tampones.
  - Usar hilo dental.
  - Usar supositorios (medicamentos sólidos que se disuelven).

- Hacerse enemas.
- Tener actividad sexual.

Cuándo llamar al proveedor de cuidados de la salud

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si tiene alguno de los siguientes indicios de infección:

- Temperatura de 100.4 °F (38.0 °C) o más.
- Escalofríos y temblores.
- Náuseas y vómito que no mejoran.
- Cara enrojecida.
- Sudor.
- Tos.
- Mareo o aturdimiento.
- Diarrea (defecaciones sueltas o aguadas).
- Estreñimiento (defecar con menos frecuencia de lo normal).
- Úlceras bucales.
- Dolor de cabeza.
- Dolor nuevo.
- Irritabilidad.
- Dolor o ardor al orinar (hacer pis).

- Sentirse cansado, especialmente si también tiene síntomas de gripe (como fiebre, dolor de garganta o escalofríos).

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center