

---

## **MANEJANDO LA NAUSEA Y EL VOMITO**

---

### **¿Qué es náusea y vómito?**

Hay muchas razones diferentes que causan náuseas y vómito que puede ser relacionado a su enfermedad o tratamiento. Su equipo de hospicio y paliativo tratará de descubrir la razón para buscar el tratamiento propio

- La náusea es un sentido desagradable que puede ocurrir detrás de la garganta o estómago antes de vomitar
- Vomitar es evacuar los contenidos de estómago

### **¿Qué reportar al equipo de hospicio/paliativo?**

- La cantidad y frecuencia del náusea y vómito
- Descripción del fluido vomitado
- Alteración del estado mental

### **¿Qué se puede hacer?**

**La buena noticia es que hay mucho que usted, su cuidador y el equipo de hospicio/paliativo puede hacer por la náusea y el vómito**

- Discutir qué le causa sentirse náuseado o vomitar y qué reduce la náusea y vómito
- Tomar refrescos carbonados sin gas
- Evitar jugos con ácidos (cranberry, uva, manzana)
- Tomar refrescos de deporte (como Gatorade®) – para niños use Pedialyte®
- Comer servicios pequeños de comidas con sal (como galletas y caldo de pollo)
- Evitar comidas fritas, productos de leche o comida con olores fuertes
- Ofrecer comidas preferidas del paciente en pequeñas cantidades porque las comidas en cantidades grandes pueden ser demasiadas
- Ofrecer limpiar la boca frecuentemente
- Evitar olores fuertes como perfume y desodorantes
- Evitar comer después de vomitar
- Tomar tragos de agua o hielo antes de comer otra vez
- Mantenga la temperatura cómoda en su cuarto
- Abrir una ventana o poner un abanico en el cuarto para tener más aire
- Tratar terapias alternativas como masajes, imágenes guiadas o relajación muscular progresiva
- Participar en actividades de descanso que lo distraen de náusea como escuchar

música, viendo televisión, rompecabezas, dibujar, leer o hacer yoga

- Evitar el estreñimiento
- Usar medicinas ordenadas por el doctor

Informe al equipo de hospicio/paliativo si la náusea o el vómito continúa

**Otras páginas de educación son disponibles en [www.hpna.org](http://www.hpna.org)**

## Reference

*Core Curriculum for the Generalist Hospice and Palliative Nurse*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing Company;2010.

Ferrell B, Coyle N. *Textbook of Palliative Nursing*. 2<sup>nd</sup> Ed. New York, NY: Oxford University Press;2010.

Approved by the HPNA Education Committee, August 2008  
Revised by the HPNA Education Services Committee, May 2011