



**FRESENIUS
KABI**

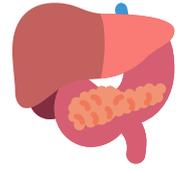
caring for life

Paciente con cáncer hepatobiliar y diabetes/hiperglucemia

Autoría: Sra. Yesica Ruiz, dietista-nutricionista
Consortio Hospital General Universitario de Valencia



¿Qué es el cáncer hepatobiliar?



El cáncer hepatobiliar abarca el conjunto de patologías tumorales malignas que afectan al hígado, a la vesícula y a las vías biliares.

El cáncer de hígado es un tumor que se origina en el tejido hepático. Existen diferentes tipos en función del tipo de célula cancerosa. El más prevalente es el carcinoma hepatocelular, que tiene lugar en los hepatocitos del hígado y es el responsable del 90% de los cánceres hepáticos.

El cáncer de vesícula biliar es una enfermedad poco frecuente por la que se encuentran célu-

las malignas en los tejidos de la vesícula biliar. El carcinoma de vesícula biliar (CVB) es, dentro de los tumores malignos de vesícula biliar, el más frecuente.

El cáncer de vías biliares es una enfermedad que se origina por la presencia de tumores malignos en los conductos biliares, que pueden afectar al tercio medio, distal o superior. Es una patología poco frecuente, dentro de la cual el colangiocarcinoma es la entidad más prevalente (> 90%).

Objetivos del tratamiento nutricional

Los objetivos que se persiguen en el tratamiento nutricional del paciente con cáncer hepatobiliar y diabetes son:

- 1 Favorecer la digestión y absorción de las grasas alimentarias.
- 2 Evitar la aparición de heces esteatorreicas.
- 3 Aliviar, si existe, la retención hidrosalina (ascitis y/o edemas).
- 4 Aliviar las molestias digestivas como flatulencia, hinchazón, etc.
- 5 Mantener un buen control glucémico.



Recomendaciones dietéticas específicas

- Realizar ingestas fraccionadas y de pequeño volumen. En general, se recomienda realizar unas 5-6 ingestas de pequeño volumen repartidas a lo largo del día.
- Evitar la ingesta de gran cantidad de alimentos grasos en la misma toma; distribuirlos a lo largo de todas las ingestas del día.
- Emplear métodos de preparación culinaria suaves y sin mucha grasa. Están recomendados la cocción tradicional, la cocción al vapor, la cocción al microondas, el papillote, el asado y la plancha.
- Evitar frituras, rebozados y empanados.
- Evitar tomar alimentos flatulentos para disminuir la producción de gases.
- Evitar las bebidas gaseosas, azucaradas, zumos de fruta comerciales y alcohol.
- Tomar preferentemente las frutas en pieza, bien al natural o cocinadas. Limitar el consumo de zumos de fruta para evitar favorecer picos de glucemia.
- Consumir las legumbres cocidas o trituradas para favorecer su tolerancia.
- Evitar los alimentos y condimentos fuertes y/o picantes (guindillas, pimienta, chile...).
- Tomar preferiblemente las verduras cocinadas o en puré, puesto que en algunos casos las verduras crudas pueden tolerarse peor.
- Restringir el consumo de azúcares simples. En su lugar, utilizar edulcorantes con moderación para endulzar los alimentos.
- Evitar el consumo de *snacks* y productos precocinados por su elevado aporte de sal y de grasas poco saludables.
- Restringir el consumo de bebidas que contengan cafeína (excepto el té).



Alimentos aconsejados:

Grupos de alimentos	Aconsejados	Desaconsejados
Lácteos	<ul style="list-style-type: none"> Leche desnatada, yogures y lácteos fermentados desnatados no azucarados, quesos frescos y tiernos, bebidas vegetales no azucaradas, requesón 	<ul style="list-style-type: none"> Leche entera, yogures y lácteos fermentados enteros, quesos curados y grasos, nata, leche condensada, postres lácteos
Farináceos y cereales	<ul style="list-style-type: none"> Pan de barra blanco o integral, pastas blancas o integrales, harinas refinadas o integrales, sémolas 	<ul style="list-style-type: none"> Pan de molde, cereales de desayuno azucarados
Legumbres	<ul style="list-style-type: none"> Legumbres cocidas en conserva, legumbres sin piel 	<ul style="list-style-type: none"> Legumbres secas
Tubérculos	<ul style="list-style-type: none"> Todos en general (patata, boniato...) 	
Carnes	<ul style="list-style-type: none"> Carnes magras (sin grasa visible): buey, ternera muy tierna, potro, conejo, etc.; aves: pavo, pollo...; fiambres cocidos magros: jamón cocido, pechuga de pavo...; jamón serrano (consumo ocasional) 	<ul style="list-style-type: none"> Carnes muy grasas como cordero o ternera con grasa visible, vísceras, embutidos, fiambres grasos, patés, preparados cárnicos
Pescados	<ul style="list-style-type: none"> Pescados blancos (merluza, bacalao...) 	<ul style="list-style-type: none"> Pescados azules (caballa, salmón...), mariscos, conservas de pescado
Huevos	<ul style="list-style-type: none"> Huevo entero cocido o en tortilla, claras de huevo 	<ul style="list-style-type: none"> Huevo frito, huevo pasado por agua
Verduras	<ul style="list-style-type: none"> Todas en general salvo las flatulentas 	<ul style="list-style-type: none"> Verduras flatulentas (coliflor, col de Bruselas...)
Frutas	<ul style="list-style-type: none"> Todas en general salvo las ácidas, frutas en almíbar ligero (sin azúcar) 	<ul style="list-style-type: none"> Frutas ácidas, zumos de frutas, frutas en almíbar
Frutas y frutos secos	<ul style="list-style-type: none"> Frutos secos al natural o tostados no salados 	<ul style="list-style-type: none"> Frutas desecadas, frutos secos fritos y/o salados
Grasas	<ul style="list-style-type: none"> Aceite de oliva, aceites vegetales tipo girasol o semillas 	<ul style="list-style-type: none"> Margarina, mantequilla, manteca, aceite de coco y de palma, mayonesas y salsas comerciales
Azúcares y dulces	<ul style="list-style-type: none"> Mermeladas y compotas dietéticas sin azúcar, carne de membrillo sin azúcar, edulcorantes, cacao puro sin azúcar (en cantidad moderada) 	<ul style="list-style-type: none"> Mermeladas y compotas, carne de membrillo, azúcar, miel, siropes, bollería industrial
Bebidas	<ul style="list-style-type: none"> Agua, infusiones, caldos desgrasados y no salados 	<ul style="list-style-type: none"> Bebidas gaseosas, bebidas azucaradas, bebidas isotónicas, bebidas alcohólicas, café
Condimentos	<ul style="list-style-type: none"> Hierbas aromáticas 	<ul style="list-style-type: none"> Espicias (sobre todo picantes), sal, pastillas de caldo concentrado, vinagre

Ejemplo de menú de tres días (cualitativo)

	Día 1	Día 2	Día 3
Desayuno	<ul style="list-style-type: none">• Leche desnatada• Tostadas de pan con aceite de oliva virgen	<ul style="list-style-type: none">• Yogur desnatado• Copos de avena• Manzana asada	<ul style="list-style-type: none">• Leche de avena sin azúcar• Tostadas de pan con membrillo sin azúcar
Media mañana	<ul style="list-style-type: none">• Compota de manzana sin azúcar	<ul style="list-style-type: none">• Tostada de pan con queso fresco desnatado y aceite de oliva virgen	<ul style="list-style-type: none">• Melocotón en almíbar ligero
Comida	<ul style="list-style-type: none">• Hervido de judía verde y zanahoria• Espaguetis con calabacín y pollo• Pieza de fruta natural	<ul style="list-style-type: none">• Ensalada templada de pimiento y berenjena asada• Lentejas cocidas a la jardinera• Pieza de fruta natural	<ul style="list-style-type: none">• Acelgas rehogadas con jamón• Guiso de pavo con patatas• Pieza de fruta natural
Merienda	<ul style="list-style-type: none">• Yogur desnatado• Nueces	<ul style="list-style-type: none">• Bebida de avena sin azúcar	<ul style="list-style-type: none">• Requesón• Avellanas
Cena	<ul style="list-style-type: none">• Crema de calabaza y patata• Lenguado en papillote• Pieza de fruta natural	<ul style="list-style-type: none">• Sopa de caldo de pollo con fideos• Tortilla de calabacín• Pieza de fruta natural	<ul style="list-style-type: none">• Consomé• Bacalao asado con zanahorias baby y boniato• Pieza de fruta natural
Resopón	<ul style="list-style-type: none">• Bebida de almendras sin azúcar	<ul style="list-style-type: none">• Leche desnatada	<ul style="list-style-type: none">• Yogur desnatado

A la hora de cocinar

- Usar aceites vegetales en crudo para aliñar y cocinar evitando el uso de aceite frito. Preferentemente, y a ser posible, se recomienda el uso de aceite de oliva virgen.
- Usar hierbas aromáticas con moderación para aliñar y amenizar las comidas.
- En caso de usar especias para condimentar, utilizarlas con moderación, ya que en ocasiones pueden resultar algo irritantes si existen molestias digestivas.
- Evitar el empleo de pastillas de caldo concentrado y concentrados a base de carne, puesto que contienen una gran cantidad de grasa y sal.



Recomendaciones generales

- Mantener un peso adecuado en función de la edad y el sexo.
- Realizar una vigilancia activa de peso para detectar posibles pérdidas de peso no intencionadas.
- Mantener una vida activa y realizar ejercicio físico moderado de forma regular.
- Mantener una alimentación variada y equilibrada incluyendo alimentos de todos los grupos.
- Comer despacio y masticar bien los alimentos.
- Realizar un reposo relativo tras las ingestas para facilitar el proceso de digestión y evitar la aparición de molestias.
- Mantener una correcta hidratación. En caso de diarrea, realizar una correcta reposición tanto de agua como de electrolitos, empleando para ello suero de rehidratación oral si fuese necesario.
- No consumir los alimentos ni muy fríos ni muy calientes, preferentemente a temperatura ambiente.
- Identificar los alimentos que sienten mal y restringir su consumo.
- Ingerir los líquidos preferentemente entre horas, evitando hacerlo durante las ingestas.
- Tener unos buenos hábitos de higiene bucal.
- Evitar el tabaco.
- Si es posible, acudir a un profesional de la alimentación que pueda individualizar el tratamiento nutricional según el caso.

Sabías que

Una de las principales funciones del hígado es la producción de bilis. La bilis es una sustancia amarillo-verdosa compuesta de agua, electrolitos, sales biliares, bilirrubina, fosfolípidos y otros compuestos endógenos o ingeridos, como proteínas que regulan la función intestinal o fármacos y sus metabolitos. Sus funciones principales son:

- Eliminar el colesterol y otros productos de desecho.
- Ayudar a la digestión y absorción de las grasas.

La vesícula biliar es el órgano encargado de almacenar la bilis producida por el hígado. Tiene

una capacidad de almacenaje de 40 ml, pero puede llegar a albergar hasta 400 ml, que es la cantidad de bilis producida por el hígado en 12 horas.

Cuando existe una patología como por ejemplo el cáncer que afecta al hígado, a la vesícula o a los conductos biliares, se puede alterar el normal funcionamiento de la producción, almacenaje y/o transporte de la bilis. Esto conlleva una alteración en la digestión y absorción de grasas, por lo que en muchos casos se precisa seguir una dieta controlada en grasas.