

# **Calambres musculares**

*Textos de diferentes autores*



**Calambres musculares/ Dolor en las articulaciones: nos acompañaran durante todo el tiempo que dure el tratamiento con glivec**

---

## Calambres musculares / Dolor en las articulaciones

texto: <http://liferaftgroup.org/>

**Los calambres musculares** y el dolor pueden ocurrir durante el tratamiento del cáncer, y es un efecto secundario común de Glivec. El tratamiento con Glivec puede causar una reducción en los niveles de calcio y de magnesio en la sangre. Se cree que esto puede ser una de las causas de los calambres musculares. Hable con su médico acerca de control de los niveles de calcio y magnesio, y si debe tomar suplementos de calcio y magnesio.

Además, un número de pacientes han informado de niveles bajos de vitamina D, mientras están en Glivec y / o Sutent. La vitamina D ayuda a absorber el calcio y es una buena idea comprobar que los niveles de vitamina D son correctos. Esto se puede ver por un análisis de sangre. Algunos pacientes que toman Glivec, pueden tener niveles bajos de fósforo (**hipofosfatemia**) o niveles altos (**hiperfosfaturea**). El seguimiento de los niveles de fosfato también puede ser útil. Otras cosas a tener en cuenta son:

♣ *Aumentar su consumo de líquidos. La deshidratación puede causar dolor muscular, así que asegúrese de beber mucho líquido.*

*Esto puede ser especialmente importante si usted tiene otros problemas como la diarrea (que provoca deshidratación).*

- ♣ Bebidas de reemplazo como electrolitos.*
- ♣ Agua tónica (ver también el último punto)*
- ♣ Someterse a un programa de terapia física.*
- ♣ Someterse a un programa de terapia ocupacional.*
- ♣ Descanse, duerma bien.*
- ♣ Haga terapia de frío / calor para relajar el músculo (s).*
- ♣ Algunos pacientes han utilizado la quinina (también encontrada en el agua tónica) para aliviar los calambres.*

Algunos pacientes que toman Glivec pueden tener un mayor nivel de CPK (CK) en la sangre. CPK es un marcador de daño muscular y se puede elevar hasta en un 57% en los pacientes con GIST que toman Glivec .

Además de estas sugerencias de adaptación, hay medicamentos que pueden ayudar a aliviar el dolor muscular, como los relajantes musculares.

Antes de iniciar cualquier tipo de tratamiento, hable de su dolor muscular con su médico. Asegúrese de llevar un registro que detalle el inicio, la caracterización, la ubicación, intensidad y duración del dolor junto con los factores que han aliviado el dolor en el pasado.

Usted puede tomar ibuprofeno, o paracetamol , limitando la toma de paracetamol a 1300 mg por día (1/3 de la dosis máxima normal) porque Glivec frena el metabolismo del paracetamol aumentando el riesgo de daño hepático.



***El dolor en las articulaciones, término médico: Artralgia***

Los medicamentos para tratar el GIST a veces pueden causar dolor en las articulaciones. Sin embargo, hay maneras de manejarlo. Una cosa importante que tienes que hacer antes de comenzar cualquier tipo de tratamiento es mantener un registro del dolor. Como parte del registro, debes tener en cuenta:

- ♣ *Cuando empezó el dolor?*
- ♣ *¿Qué estaba haciendo cuando comenzó el dolor?, la sensación (es decir, punzante, palpitante, sordo, constante...)*
- ♣ *Ubicación*
- ♣ *Cantidad de dolor en una escala del 1-10*
- ♣ *¿Cuánto tiempo duró el dolor?*
- ♣ *Cualquier factor que le alivie el dolor.*

Informe de este registro a su médico y su médico estudiará la mejor manera de tratar y manejar el dolor que está sintiendo.

***Las actividades que pueden ayudar a aliviar el dolor sin medicamentos son:***

- ♣ *Fisioterapia – trata el dolor, trabajando los músculos y la zona afectada a través del ejercicio.*
- ♣ *Ejercicio físico.*
- ♣ *Terapia ocupacional – ayudará a las personas a aprender cómo llevar a cabo ciertas tareas de diferentes maneras para ayudar a aliviar el dolor.*

♣ *Acupuntura*

♣ *Las técnicas de relajación – biofeedback, la hipnosis, imágenes, distracción.*

♣ *Masaje*

♣ *La terapia caliente / frío – alternando caliente y frío en la zona afectada.*

***Hay varios medicamentos*** de venta libre que pueden tomarse para aliviar el dolor articular. Medicamentos anti-inflamatorios no esteroideos (AINES), como Advil, Ibuprofeno, Motrin y Aleve pueden ser útiles para reducir el dolor.

Tylenol no es un AINES, pero se puede usar si se prefiere Tylenol (paracetamol) a los AINEs. Limite la toma de paracetamol a 1300 mg por día (1/3 de la dosis máxima normal) porque Glivec frena el metabolismo del paracetamol aumentando el riesgo de daño hepático

***Recuerde que debe hablar con su médico antes de utilizar cualquier medicamento. Si el dolor es excepcionalmente grande o se ha vuelto intolerable, su médico le puede recetar medicamentos para reducir y eliminar el dolor que siente. El***

*dolor también puede ser un efecto secundario de la fatiga, la infección o la depresión.*

**FUENTE**



## ***Los problemas musculoesqueléticos***

Texto elaborado por la doctora Lori Williams, MSN, PhD. Profesora Asistente, Síntoma Investigación CAO. Universidad de Texas MD Anderson Cancer Center deHouston, Texas.

Aproximadamente el 40% de los pacientes se ven afectados por los efectos secundarios musculoesqueléticos relacionados con la administración de imatinib. Síntomas de leve a moderados síntomas suelen ocurrir en las manos, los pies, las pantorrillas y los muslos. Las piernas parecen ser las más afectadas por el dolor, a menudo predispuestos por las bajas temperaturas y el ejercicio.

Una dosis de imatinib de 400 mg está asociada con el dolor óseo y artralgias en el 14% de los pacientes con GIST. La hipofosfatemia y hiperfosfaturia, junto con cambios en el hueso y el metabolismo mineral también se han observado en una gran parte de los pacientes en imatinib.

## **Gestión**

**Estrategias para aliviar los síntomas son:**

- *Aumentar la ingesta diaria de líquidos y fomentar los suplementos de calcio y magnesio. Monitorear los niveles sanguíneos de calcio y de magnesio cuando se toman suplementos.*
- *Anecdóticamente, se ha descrito el uso de calcetines calientes para reducir la frecuencia de los calambres musculares asociados con imatinib.*
- *En pacientes sin antecedentes de sangrado gastrointestinal, los fármacos antiinflamatorios no esteroideos alivian el dolor de huesos; en pacientes con una historia de sangrado GI, **misoprostol**, junto con un inhibidor de la bomba de*

*protones (omeprazol) o bloqueador del receptor de la histamina puede ser considerado.*

- *La Hipofosfatemia con imatinib probablemente no es clínicamente significativa, no requiere tratamiento, y por lo general se resuelve después de la interrupción del tratamiento.*



## **LO QUE A NOSOTROS NOS FUNCIONA**

Los pacientes GIST que escribimos en este Blog y que sufrimos desde hace muchos años de estos efectos secundarios, que no mejoran con el tiempo, ASÍ LO LLEVAMOS:

1.- Ejercicio físico, cada cual según sus posibilidades.

2.- Potasio, calcio y magnesio en alimentos .

3.- Suplementos de potasio, calcio y magnesio.

### **SUPLEMENTOS:**

- **Potasio:** *bio k* , en farmacias.
- **calcio:** *citrate cálcico* en farmacias con un suplemento de vitamina D( *colecalfiferol*) para asimilar mejor el calcio.
- **Magnesio:** *Cloruro de magnesio*, en farmacias y herbolarios.

**Para los dolores MUSCULOESQUELETICOS:**

**Hacer ejercicio y tomar cuando duele mucho  
ibuprofeno (400MG).**



www.shutterstock.com · 1633257637

## ***SOBRE EL IBUPROFENO:***

Estimados compañeros,

Os ADJUNTAMOS la última nota informativa de seguridad emitida por la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS), sobre RIESGO CARDIOVASCULAR DE DOSIS ALTAS DE IBUPROFENO O DEXIBUPROFENO: RECOMENDACIONES DE USO.

De acuerdo a las conclusiones anteriormente expuestas, la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios recomienda a los profesionales sanitarios lo siguiente:

- En pacientes con patología cardiovascular grave como insuficiencia cardiaca (clasificación II-IV de New York Heart Association-NYHA), cardiopatía isquémica establecida, enfermedad arterial periférica o enfermedad cerebrovascular se evitará la administración de:
  - ibuprofeno a dosis altas (2.400 mg diarios o superiores)
  - dexibuprofeno a dosis altas (1.200 mg diarios o superiores)
- Antes de iniciar tratamiento a largo plazo con ibuprofeno o dexibuprofeno, principalmente si se requieren dosis altas, se deberán considerar los factores de riesgo cardiovascular del paciente.

- Al igual que con todos los antiinflamatorios no esteroideos, se debe utilizar la dosis más baja posible durante el menor tiempo posible que permita controlar los síntomas de acuerdo con el objetivo terapéutico establecido. En el caso de utilizar dexibuprofeno, se recuerda que la dosis equivale a la mitad de la dosis de ibuprofeno.

En relación con estas conclusiones, la AEMPS indica a los pacientes usuarios de ibuprofeno y dexibuprofeno lo siguiente:

- No existe riesgo de infarto o trombosis arterial con el uso ocasional de ibuprofeno o si se toman al día 1200 mg o menos
- Como con cualquier antiinflamatorio, utilice la dosis más baja que le permita controlar los síntomas durante el menor tiempo posible y siga las instrucciones del prospecto.
- Se aconseja a aquellos pacientes que estén tomando por prescripción médica dosis de 2.400 mg al día o superior de ibuprofeno, y tengan o hayan tenido problemas de corazón graves o trombosis cerebral, que consulten con su médico si deben continuar con el tratamiento en la siguiente visita programada.

**Nota informativa de seguridad emitida por la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS), sobre RIESGO CARDIOVASCULAR DE DOSIS ALTAS DE IBUPROFENO O DEXIBUPROFENO: RECOMENDACIONES DE USO:** [NI MUH FV 4 2015](#) (PDF)



**SOBRE EL PARACETAMOL**

**NO SOBREPASAR LA DOSIS DE 1300MG DÍA**

**MÁS INFORMACIÓN:**

<https://colectivogist.wordpress.com/2013/09/13/la-hepatotoxicidad-de-imatinib/>

<https://colectivogist.wordpress.com/2013/07/28/gist-y-el-higado/>

<https://colectivogist.wordpress.com/2014/01/25/nuevas-restricciones-para-el-paracetamol-por-sus-danos-al-higado-y-muertes/>

**Informa**



*“punto de encuentro y de información de los pacientes de gist”*