



cancer.org | 1.800.227.2345

Calambres en las piernas

El cáncer y su tratamiento pueden causar calambres en las piernas y otros tipos de calambres musculares. Los calambres o espasmos son contracciones (endurecimientos) dolorosas de los músculos de la pierna, el tobillo o el pie.

- [¿Qué cosas causan calambres en las piernas?](#)
- [Señales a las que hay que prestar atención](#)
- [Cómo manejar los calambres en las piernas](#)
- [Llamar al equipo de atención médica de inmediato](#)

¿Qué cosas causan calambres en las piernas?

Estas son algunas de las causas de los calambres en las piernas de las personas que tienen cáncer:

- Ciertos medicamentos de quimioterapia, terapia dirigida e inmunoterapia
- Radioterapia aplicada a las extremidades inferiores (caderas, piernas, etc.)
- Algunos tratamientos hormonales ([tamoxifeno o raloxifeno](#)¹)
- Medicamentos para tratar la pérdida de densidad ósea
- Tumores que comienzan en un músculo o ejercen presión sobre un músculo
- Tener demasiados glóbulos blancos
- Recibir tratamiento por tener muy pocos glóbulos blancos
- Permanecer en la cama o estar inactivo durante más tiempo de lo habitual

Uso excesivo de 0.1b5.35 197.13 Tm /F2 12 Tf 0 0óos bla (Uso excesivo de 243.5 Tf 0 0 0 rg /GS

veces durante todo el día. Su cuidador (o una persona cercana) puede ayudarle a mover las piernas si usted no puede hacerlo.

- Estire los músculos de las piernas con suavidad antes de acostarse.
- Si su equipo de atención médica contra el cáncer lo aprueba, dese masajes en la pierna.
- Cuando tenga un calambre, siéntese o póngase de pie para estirar el músculo tenso tanto como pueda sin que le duela. Por ejemplo, si el calambre es en el músculo de la pantorrilla, trate de que los dedos de los pies apunten hacia arriba, en dirección a las rodillas, o de caminar un poco.

Lo que puede hacer el cuidador

- Ayudar a la persona que tiene el calambre a estirar suavemente el músculo tenso.
- Usar una compresa de frío o calor para frotar con cuidado el músculo acalambrado. Preguntar al equipo de atención médica contra el cáncer cuál sería más útil.
- Si se recetan medicamentos para prevenir los calambres, asegurarse de que se toman según las instrucciones. Estar atento por si la persona se mareo o pierde el equilibrio.
- Contactar al equipo de atención médica contra el cáncer si los calambres no se alivian con frío, calor, masajes o estirando el músculo acalambrado.

Llamar al equipo de atención médica de inmediato

- Si la pierna acalambrada se pone roja, caliente, se inflama, se endurece o le duele. Si la persona siente dolor en el pecho, el brazo, el hombro o la mandíbula, o si tiene tos repentina, aumento de la frecuencia cardíaca o sensación de mareo. Puede ser un problema de salud grave. Llame al equipo de atención médica de inmediato.

cancer.org | 1.800.227.2345