

*Si tiene alguna pregunta, consulte a su médico o enfermero.*

## Radioterapia en el tórax

Usted y su médico eligieron la radioterapia como parte de su tratamiento para el cáncer. Este folleto explica lo siguiente:

- Qué esperar
- Cómo cuidarse durante el tratamiento
- Cómo reducir los efectos secundarios
- Cómo incrementar su comodidad durante el tratamiento

Su médico, usualmente, le ordenará de 25 a 35 tratamientos de radiación. El tratamiento con radiación es como tomarle una radiografía. No es doloroso.

### Cronograma de tratamiento

Los tratamientos se realizarán de lunes a viernes (no los fines de semana ni los días festivos). Su terapeuta trabajará con usted para establecer el horario de las citas. Cada cita dura entre 15 y 20 minutos. Reserve una hora para estas citas. Así tendrá suficiente tiempo para lo siguiente:

- Radiografías
- Reuniones con su médico o enfermero
- Cualquier retraso imprevisto

Se realizará radiografías, según indique su médico. Esto ayudará a garantizar que está en la posición indicada sobre la camilla. Su equipo de atención no utiliza las radiografías para diagnosticar problemas o evaluar efectos del tratamiento.

Usted se reunirá con su médico al menos una vez por semana los \_\_\_\_\_. En estas consultas, monitorearán sus signos vitales y cualquier efecto secundario. Este es el momento cuando también tendrá la oportunidad de hablar sobre cualquier inquietud que tenga sobre la enfermedad y el tratamiento.

### Efectos secundarios frecuentes

#### **Tos**

La radiación en el tórax puede irritar la pared de la vía respiratoria. Como resultado, los pacientes a menudo desarrollan una tos seca persistente o una tos productiva (que provoca mucosa y flema).

Si tiene mucha mucosa, trate de evitar comer alimentos o beber líquidos que sean muy fríos, ya que estos pueden empeorar la situación.

Informe a su médico o enfermero si tiene una tos que lo mantenga despierto durante la noche o que interfiera con sus actividades normales. Su médico puede recetarle medicamentos para ayudar.

Es muy importante que informe a su médico o enfermero si nota sangre en el esputo.

### ***Cambios en la piel***

Durante la radiación, usted puede notar ciertos cambios en la piel del tórax y la espalda. La piel de la zona tratada puede researse y pelarse. O puede oscurecerse, tener un color rojizo e irritarse. Para aliviar el malestar y proteger la piel de más irritación, siga las siguientes pautas:

- Limpie la zona con un jabón suave y sin aroma para piel sensible. Algunos jabones sugeridos son Dove® for Sensitive Skin o Neutrogena® Unscented. Evite usar jabones que tengan aroma o jabones antibacteriales.
- Use agua tibia. El agua caliente puede irritar más la piel.
- Use un paño suave o la mano para limpiar el área suavemente.
- Seque la piel con pequeños golpecitos. No frote la zona.
- No afeite el área que recibe radiación.
- No utilice almohadillas térmicas ni compresas de hielo sobre el área tratada. Las temperaturas extremas pueden causar más daños.

Elija ropa de algodón u otros tejidos de punto suave. Si le preocupan los cambios en la piel, consulte a su médico o enfermero.

Su médico o enfermero puede sugerirle una crema especial para ayudar a hidratar el área que se está tratando, como Miaderm® o Aquaphor®. **No se aplique esta crema sobre la piel dentro de las 2 horas posteriores a su tratamiento, ya que hará que su piel se vuelva más sensible a los efectos de la radiación.**

### ***Dolor de garganta***

Cuando la radiación se dirige al tórax, puede ocasionar garganta irritada o esofaguitis. La esofaguitis es una irritación de la pared del esófago (el tubo que conecta la boca con el estómago). Esto puede ocasionar lo siguiente:

- Sensación de ardor parecida a la acidez
- Malestar o dolor cuando traga
- Sensación de que la comida se pega en la garganta al tragar

Si la garganta está tan irritada que no puede comer sus alimentos habituales, informe a su médico o enfermero. Su médico puede recetar medicina para ayudarle a aliviar el dolor.

Trate de ingerir alimentos altos en proteína, altos en calorías, blandos y sosos (como puré de papa, yogurt, huevos, helado, puré de manzana y pudín). Lo siguiente puede irritar la garganta y puede provocar dolor al comer. Trate de evitar ingerir lo siguiente:

- Alimentos con bordes puntiagudos, como papas fritas de bolsa, costras de pizza, pan tostado seco o galletas saladas

- Líquidos calientes, alimentos picantes
- Alimentos que son altos en ácido
- Alcohol

Si necesita algunas sugerencias sobre qué alimentos ingerir y cuáles debe evitar, pregúntele a su enfermero.

### ***Náuseas y vómitos***

Informe a su médico o enfermero si tiene náuseas o vómitos. Existen muchos medicamentos distintos que su médico le puede recetar.

### ***Pérdida del apetito***

Usted puede tener una pérdida de apetito durante el tratamiento. Esto puede llevar a la pérdida de peso, debilidad y fatiga, que pueden dificultarle realizar sus actividades normales. Si tiene náuseas, infórmele a su médico o enfermero. Su médico puede recetarle algún medicamento que puede tomar antes de los alimentos para ayudar a aliviar sus náuseas.

Si se siente satisfecho rápidamente, trate de ingerir de 5 a 6 comidas pequeñas en vez de 3 comidas grandes durante el día. **Trate de evitar beber líquidos 30 minutos antes de comer. Trate de no beber líquidos con las comidas.**

Trate de ingerir alimentos altos en proteína y altos en calorías, como queso, leche entera, yogurt, huevos, pudines y helados. Su médico o enfermero pueden sugerir un suplemento alimenticio, como Ensure<sup>®</sup>, Scandishakes<sup>®</sup> o Boost<sup>®</sup> para adquirir calorías y proteínas adicionales. Si desea obtener más información sobre la dieta durante su tratamiento, su enfermero le puede hacer algunas sugerencias o referirlo con un dietista.

### ***Fatiga***

La fatiga (cansancio extremo) es un efecto secundario frecuente del tratamiento con radiación. Los viajes diarios para el tratamiento combinados con los efectos de la radiación pueden cansarlo más. Con mayor frecuencia, los pacientes sienten menos energía después de unos 10 tratamientos.

Mantenerse activo y tener un horario regular de sueño puede ayudar a mejorar los niveles de energía. Intente no esforzarse demasiado. Si se cansa, planifique períodos de descanso durante su día.