



## **INFORMACION PARA PACIENTES EN RADIOTERAPIA: MAMA**

La información aquí contenida está designada a conocer en qué consiste el tratamiento que va a recibir y los efectos secundarios más comunes derivados del mismo. Los médicos y enfermeras del departamento de Radioterapia le darán información adicional. Por favor haga las preguntas que necesite.

### **INSTRUCCIONES ESPECIALES DURANTE LA RADIOTERAPIA**

A las 3-4 semanas de empezar el tratamiento, **la piel de la zona tratada puede enrojecerse, picar o caerse el vello.**

- ◆ Sobre el área de tratamiento sólo debe aplicar los productos que le haya recomendado la enfermera del departamento de radioterapia.
- ◆ Utilice para la higiene diaria un jabón suave con ph neutro. Evite frotar la zona de tratamiento con la esponja y utilice simplemente la mano.
- ◆ Intente evitar los baños prolongados, utilice preferiblemente las duchas.
- ◆ Tras la higiene, seque con una toalla de algodón a toques, evitando las fricciones.
- ◆ No se rasque ni lleve ropa demasiado apretada.
- ◆ Pregúntele al médico o a la enfermera acerca de las pomadas que puede utilizar para aliviar el escozor.
- ◆ Procure utilizar ropa interior de algodón, ya que le será más confortable.
- ◆ No use sujetadores con copa, con aro ó prótesis pesadas ya que tienden a irritar la piel.
- ◆ No exponga la piel a cambios bruscos de temperatura.

**La piel debajo del brazo puede volverse más sensible.**

- ◆ No se depile la axila del lado tratado.
- ◆ No use antitranspirantes, talco o desodorante ya que estos productos contienen sales metálicas que pueden reaccionar con la radioterapia.
- ◆ La transpiración puede disminuir durante el tratamiento.

**Evite exponerse al sol.** Cubra el área tratada si se expone al sol.

**Si se le ha realizado una linfadenectomía axilar deberá hacer ejercicios** para prevenir problemas de movimiento con el brazo y el hombro. Es muy importante que los haga durante y después del tratamiento. Vea a continuación la hoja de información referente a “Ejercicios de brazo y hombro”.

**Es posible que se sienta más cansado/a de lo habitual.**

- ◆ Descanse lo más posible.

- ◆ No se agote.

**Puede que sienta dolor y dificultad al tragar**, esto se debe a una inflamación a nivel del esófago ya que éste está incluido en el área de tratamiento. Si esto supone un problema para usted comuníquese a su médico o enfermera.

**Es importante que coma bien** y mantenga su peso durante el tratamiento.

- ◆ Coma alimentos de alto valor proteico como carnes rojas, pescado, leche, batidos, huevos y queso.

Si necesita una opinión profesional acerca de su dieta puede consultar con nuestro nutricionista.

**La actividad sexual puede ser normal** a no ser que se sienta incómodo.

- ◆ **Es muy importante** que tome precauciones para **evitar el embarazo durante su tratamiento de radioterapia.**
- ◆ Consulte con su médico **antes** de tomar hormonas, anticonceptivos o si quiere usar cremas hormonales.
- ◆ Consulte con su médico si desea quedarse embarazada después del tratamiento.

## **INSTRUCCIONES PARA DESPUÉS DE LA RADIOTERAPIA**

Después de completar sus tratamientos de radioterapia, es importante que siga estas instrucciones generales:

- ◆ No fume
- ◆ Coma una dieta equilibrada. Incluso después de que sus tratamientos hayan terminado hacer una buena dieta y tomar abundantes líquidos le ayudarán agilizar el proceso de recuperación.
- ◆ Dele a su piel tiempo para cicatrizar. La enfermera le indicará qué pomadas puede utilizar tras el tratamiento, ya que la piel necesitará mucha hidratación.
- ◆ No utilice sujetador con prótesis ni con aros en un par de semanas después de haber terminado el tratamiento.
- ◆ Proteja la zona de tratamiento de los rayos solares. Use una loción con un factor de protección solar de 40 o más.
- ◆ Continúe haciendo los ejercicios indicados para prevenir la rigidez del brazo y del hombro.
- ◆ Informe al médico o a la enfermera si tiene síntomas nuevos, bultos o lesiones. Comuníquese con ellos si nota cualquier síntoma fuera de lo común.