



Acelerador Lineal usado para administrar radioterapia
Imagen de Clipart Library

Radioterapia

La radioterapia es un tratamiento que consiste de aplicar rayos X de alta intensidad para destruir células cancerosas. Es un tratamiento ambulatorio que no duele y que se dirige al área que desea tratarse.

La radioterapia destruye las células cancerosas y detiene el proceso de división celular. El tratamiento puede curar, detener o demorar el avance del cáncer, y puede ayudar a reducir los síntomas de la condición.

La radioterapia se administra con una máquina llamada *Acelerador Lineal*. En muchos casos se usa junto con otros tratamientos tales como cirugía y quimioterapia.

Pasos a completar

1. Consulta

La persona a recibir tratamiento tendrá cita para consulta con un Radioncólogo. Este especialista revisará el historial médico del paciente y le hará recomendaciones de tratamiento. Una vez le ha recomendado radioterapia le ordenará una Tomografía Computarizada o CT. Este estudio permite obtener imágenes del área del cuerpo que recibirá radiación. Con las imágenes se desarrollará el plan de tratamiento.

2. Planificación del tratamiento

La planificación del tratamiento toma varios días y se lleva a cabo para tratar correctamente el área del tumor, y proteger de radiación otras áreas del cuerpo. El plan de tratamiento incluirá las medidas del área a tratar y la dosis total de radiación que se va a administrar.

3. Simulación

Este es el paso durante el cual se simulará y revisará el plan de tratamiento. Durante la simulación, un Tecnólogo de Radioterapia colocará al paciente en la posición en la cual recibirá tratamiento. Podrá usar aditamentos especiales como

breast board (o tabla de pecho) y *aquaplast mask* (o máscara de tratamiento). Los aditamentos se usan en las sesiones de tratamiento para siempre acomodar el cuerpo en la misma posición.

Durante la simulación se marcará el área de tratamiento. Las marcas deben permanecer visibles durante todo el tratamiento. Algunas serán permanentes y otras podrán eliminarse cuando termine la radioterapia. Una simulación puede tomar alrededor de 45 minutos. Cuando complete la misma se le informará la fecha y hora en la que comenzará el tratamiento.

4. Tratamiento

Usted recibirá una sesión de tratamiento diario, de lunes a viernes, a la hora de su cita. Semanalmente, su Radioncólogo le verá para examinarle y discutir con usted cualquier efecto secundario y la mejor forma de manejarlo.



Imagen Freepik

**LA RADIOTERAPIA ES UN
TRATAMIENTO QUE NO DUELE
Y NO SE SIENTE**



Imagen de Flaticon

Cuidado de la piel durante el tratamiento

El cuidado apropiado de la piel del área que recibe radiación puede ayudar a reducir molestias. Se sugiere seguir estas recomendaciones.

- Antes de bañarse revise que la temperatura del agua no esté muy fría ni muy caliente.
- Use jabón de castilla para bañarse.
- Seque la piel tratada con toques suaves.
- Evite el uso de perfume y desodorante en el área tratada.
- No aplique cremas en la piel tratada sin la autorización del Radioncólogo.
- Evite exposición de la piel tratada al sol ya que con el tratamiento la piel estará más sensible a quemaduras.

- Tome agua regularmente para mantener la piel bien hidratada.
- Evite el uso de ropa ajustada sobre la piel tratada.
- Use ropa interior suave o de algodón si recibe radioterapia en seno, cervix, o colon.



Imagen Freepik

Recomendaciones Nutricionales

La buena nutrición contribuye a mantener una buena calidad de vida durante el tratamiento. Siga estas sugerencias.

- Evite alimentos muy condimentados, grasos, picantes y ácidos si le administran radioterapia al torso o al sistema digestivo.
- Evite los alimentos muy azucarados y con menos de 7 gramos de azúcar por porción.

- Evite productos que contengan *High Fructose Corn Syrup*.
- Tome chocolate, café y té según tolere.
- Haga al menos tres comidas principales al día.
- Tenga accesibles meriendas saludables.
- Haga meriendas cada 2-3 horas luego de las comidas, como frutas en puré, frutas envasadas en plástico o cristal y en su propio jugo, palitos de queso, semillas sin sal, y galletas bajas en azúcar y sal.
- Evite alimentos enlatados.
- Evite el consumo de alcohol y NO fume.
- Consuma alimentos que contengan proteína como: huevo, queso, jamón NO ahumado, semillas sin sal, granos, carne roja sin grasa (no más de dos veces a la semana), pescados frescos *Wild Caught*, o congelados (NO tilapia).
- NO coma alimentos ahumados ni procesados.
- Coma vegetales y frutas todos los días.
- Tome alrededor de 8 vasos de agua al día.

Si es posible, manténgase activo.

Pregunte a su Radioncólogo si puede

realizar actividad física según su

condición y tratamiento.

HAGA DEL AGUA SU BEBIDA PREFERIDA



El manejo seguro de alimentos también ayuda a mantener un mejor estado de salud durante el tratamiento. Siga estas recomendaciones para evitar complicaciones relacionadas al consumo de alimentos contaminados o descompuestos.

MANEJO SEGURO DE ALIMENTOS

Lave las frutas, vegetales y viandas frescas con agua y cepillo designado para ese uso.

Cocine los alimentos completamente.

Lave las frutas, vegetales y viandas sobre un escurridor.

No coma alimentos crudos o semi-crudos durante el tratamiento como: huevo, carne, sushi.

Lave frecuentemente sus manos con agua y jabón para proteger su sistema immune.

No almacene alimentos en la nevera por más de 2 días.

Importante

Los Radioncólogos tratarán de proteger su cuerpo durante la radioterapia mediante:

- ✓ Uso de la dosis de radiación más baja posible.
- ✓ Administración de la radiación a la parte del cuerpo que necesita tratamiento.
- ✓ Distribución de la dosis total de radiación en pequeñas dosis que se administran cada día de la semana.

Puede educarse aún más comunicándose con la Oficina de Educación en Salud.

Tel: (787) 763-4149 Ext. 2906.

Le queremos bien.

Referencia

Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. | Institutos Nacionales de la Salud, Instituto Nacional del Cáncer (2016). La Radioterapia y Usted: apoyo para personas con cáncer. Octubre.

<https://www.cancer.gov/espanol/cancer/radioterapia-y-usted.pdf>



EDUCADORA
EN SALUD

UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO
OFICINA DE EDUCACIÓN EN SALUD