

EDITA:
© Servicio Andaluz de Salud
Consejería de Salud
Junta de Andalucía

Avda. Constitución, 18
41071 Sevilla

Tel.: 95 501 80 80
Fax: 95 501 80 25

www.sas.juntaandalucia.es

DEPÓSITO LEGAL: 0000000000000000



Radioterapia

Guía informativa



PLAN INTEGRAL DE ONCOLOGÍA
DE ANDALUCÍA



PLAN INTEGRAL DE ONCOLOGÍA
DE ANDALUCÍA



Servicio Andaluz de Salud
CONSEJERÍA DE SALUD



Servicio Andaluz de Salud
CONSEJERÍA DE SALUD

Índice

- **Introducción** página 3
- **¿Qué es la radioterapia?** página 4
- **¿En qué consiste el tratamiento?** página 6
- **¿Por qué lleva una marca en la piel?** página 7
- **¿Cómo se desarrollan las sesiones?** página 8
- **Duración de las sesiones** página 9
- **¿Puede producir trastornos el tratamiento?** página 10
- **¿Qué tipo de dieta debe seguir?** página 11
- **¿Cómo me puedo cuidar durante la radioterapia?** página 12
- **¿Qué controles se le realizarán a lo largo del tratamiento?** página 14
- **¿Cómo se realiza el seguimiento médico después del tratamiento?** página 15

Introducción

Esta guía informativa está destinada a los pacientes que, como usted, van a iniciar un tratamiento de radioterapia en nuestro Hospital. Nuestro objetivo es proporcionarle una información general que le sirva de recordatorio de la que le iremos dando personalmente durante su período de tratamiento.

El conocimiento sobre los tratamientos con radioterapia está menos extendido que el de otros tratamientos, más usuales, como la cirugía. Con esta guía pretendemos proporcionarle tranquilidad respecto al tratamiento que va a seguir con nosotros y responder a algunas preguntas que se le puedan plantear. Pero, sobre todo, **consúltenos si tiene dudas o inquietudes**; para solventarlas no hay nada mejor que un diálogo directo y permanente.

¿Qué es la radioterapia?

Las radiaciones son un tipo especial de energía que se transmite por el aire y que se generan en máquinas especiales o a partir de materias radiactivas. La radioterapia utiliza estas radiaciones para dañar o eliminar las células tumorales. Habitualmente, se administra desde el exterior del cuerpo (Radioterapia externa) a partir de máquinas. Sin embargo, en ocasiones, se realiza desde dentro (Radioterapia interna o Braquiterapia), colocando material radiactivo dentro o cerca del tumor.

La radioterapia es una forma efectiva de tratar muchos tipos de tumores, en casi cualquier parte del cuerpo. Cada vez más pacientes son tratados con radioterapia, siendo en muchos casos el único tratamiento que necesitan, mientras que otras veces se utiliza como complemento de otros tratamientos con medicamentos o cirugía. En muchos pacientes el tratamiento se realiza con la intención de curar la enfermedad, aunque también, puede suministrarse para aliviar determinados síntomas, por ejemplo, el dolor.

Este tratamiento es impartido por un conjunto de profesionales especializados, formado por médicos especialistas en Oncología radioterápica, físicos, enfermeras y técnicos que trabajan en equipo.

Si recibe **radioterapia interna**, necesitaremos tomar algunas precauciones especiales, mientras la fuente radiactiva esté colocada en su interior, para evitar la exposición a las radiaciones, de los profesionales que nos ocupamos de atenderle y de sus amigos y familiares. Estas precauciones pueden hacerle sentirse aislado, lo que puede aumentar los temores que ya tenga sobre su tratamiento.

La **radioterapia externa** se aplica, cuidadosamente, sobre la parte afectada del cuerpo. Se utiliza para ello un aparato de grandes dimensiones, que se encuentra separado de usted, y que genera una determinada radiación. Normalmente, se administra sin necesidad de ingreso en el hospital, no le convierte en radiactivo y resulta completamente segura. Una vez finalizada la sesión, puede estar con otras personas, incluidos los niños, durante toda la duración del tratamiento.

Estos tratamientos pueden hacer que aparezcan sentimientos de miedo o temor. Las personas controlan sus temores de modo diferente, a algunas les resulta más fácil con más información, mientras que otras prefieren saber lo menos posible. Si desea cualquier explicación, del equipo de profesionales que le atendemos, nos complacerá ayudarle.

¿En qué consiste el tratamiento?

La radioterapia externa consiste en la aplicación de una determinada cantidad de radiaciones desde fuera del organismo que se dirige a la zona enferma, de forma que se evite dañar, dentro de lo posible, los tejidos cercanos.

Su tratamiento se programa de forma individual teniendo en cuenta varios factores como pueden ser la edad, el estado general, la zona y el tipo de tumor de que se trate. Es importante que se sienta implicado en su tratamiento por lo que **haga tantas preguntas como quiera**, cuanto más sepa de su tratamiento, más fácil será para usted y para nosotros.

El tratamiento se aplica en sesiones periódicas y continuadas. Por regla general se realizan cada día, de lunes a viernes, descansando sábado y domingo. La duración del tratamiento varía en cada caso, pero suele oscilar entre un día y ocho semanas. Esta forma de aplicar las radiaciones permite una cierta recuperación de los tejidos sanos, entre cada sesión de tratamiento.

Como es lógico, todo este proceso, para ser llevado a cabo, requiere unos días de preparación, pero nunca más de los necesarios.

¿Por qué lleva una marca en la piel?

En general, en la fase previa al tratamiento, se le marcará la piel en el lugar donde debe irradiarse. Lo hacemos para que las radiaciones se apliquen exactamente en esa zona, y evitar irradiar otra parte del cuerpo.

¿Cómo se desarrollan las sesiones?

Una sesión de radioterapia no tiene que causarle inquietud alguna, su duración es breve y no sufrirá ningún dolor. No notará diferencia entre esa sesión y una radiografía corriente.

La primera sesión de tratamiento siempre es la más laboriosa, ya que en ella se inicia su aprendizaje. El médico y el equipo de operadores le enseñaremos todo lo que usted debe aprender y hacer: cómo actuar, cómo colocarse, etc.

Al entrar en la Sala de Tratamiento se colocará en la camilla del aparato, dejando descubierta la zona que hay que irradiar, de forma que se facilite una adecuada aplicación de las radiaciones. Después se colocará en una determinada posición, que será la misma para todas las sesiones.

Es imprescindible que mantenga esa posición durante toda la sesión; intente relajarse y respirar suavemente. No debe moverse, aunque, por supuesto, puede tragar saliva con normalidad o abrir y cerrar los ojos.

No hay inconveniente en que lleve encima objetos personales, como un anillo, una medalla, el reloj, pendientes, etc. siempre que queden fuera de la zona que se va a tratar. En tal caso se los guardaremos mientras dura la sesión.

En el momento de irradiarse estará solo en la Sala de Tratamiento, ya que cualquier otra persona que le acompañara estaría expuesta innecesariamente a recibir irradiación. Sin embargo estará comunicado en todo momento con el equipo asistencial, a través de un circuito cerrado de televisión y un interfono, esto nos permitirá tenerle en constante observación y a usted comunicarse con nosotros cuando lo necesite. Al finalizar la sesión, usted podrá arreglarse convenientemente.

Duración de las sesiones

Las sesiones de radioterapia duran poco tiempo, unos minutos que están prefijados desde la sala de control y, cuando acaba, el aparato se desconecta automáticamente.

¿Puede producir trastornos el tratamiento?

La planificación del tratamiento se realiza en función de conseguir el control de su enfermedad con las mínimas molestias. Sin embargo la radioterapia puede causarle algún trastorno, de mayor o menor grado, según la localización y extensión de la zona que se va a tratar.

Cada persona es distinta; hay quienes padecen trastornos y otras no, por eso a los profesionales de radioterapia nos resulta difícil predecir con exactitud cómo reaccionará usted al tratamiento. El trastorno más frecuente se presenta, durante los primeros días de tratamiento, con mayor o menor intensidad, en forma de cansancio, falta de apetito. Otros posibles trastornos están directamente relacionados con la parte del cuerpo que se está tratando, así, por ejemplo, **la caída del cabello** se produce **sólo cuando el tratamiento se realiza en la cabeza**. Por eso, le informaremos personalmente de los efectos secundarios y cuidados específicos para su tratamiento en concreto.

La radioterapia es un tratamiento enérgico pero no tiene por que interferir en su vida familiar, social o laboral. Incluso hay muchas personas que continúan haciendo su deporte habitual durante el tratamiento. No obstante, otras personas acusan más el cansancio y necesitan mayor descanso y moderar su actividad física.

Recuerde que las radiaciones que usted recibe no se transmiten a ninguna persona de su entorno.

De todas formas, si surgen efectos secundarios durante el tratamiento, piense que la mayoría de ellos desaparecen a medida que pasa el tiempo. Mientras tanto, sepa que disponemos de las medidas adecuadas para contrarrestar o disminuir esas molestias.

¿Qué tipo de dieta debe seguir?

Una buena alimentación es una de las bases fundamentales para conseguir un buen resultado del tratamiento. Si tiene menos apetito, puede que le resulte más fácil disminuir la cantidad de cada comida y comer más veces al día; si le cuesta tragar, trocee la comida o utilice el pasapurés o la batidora para triturarla y le será más fácil ingerirla. Si su caso particular precisa una dieta especial, ya le informaremos en su momento con las indicaciones oportunas.

En general, le aconsejamos que evite los alimentos muy calientes y las comidas excesivamente condimentadas.

¿Cómo me puedo cuidar durante la radioterapia?

Cuidados sobre la piel de la zona tratada:

Algunas personas tienen una reacción en la piel mientras reciben el tratamiento. Sin embargo, el grado de reacción depende de cada persona y de la zona que se está tratando. Algunas personas no tienen ningún problema en la piel. Es aconsejable tomar algunas precauciones para el cuidado de la zona tratada:

- No frote la zona, ya que esto podría hacerle daño.
- Dado que la zona tratada es más sensible, evite su exposición al sol o a vientos fríos.
- No le coloque esparadrapos que pueden dañar la piel.
- Los jabones perfumados y los talcos, desodorantes, lociones y perfumes pueden también dañar su piel y no deben emplearse sobre la zona tratada.
- La prendas sueltas, preferiblemente de fibras naturales más que artificiales, son más cómodas e irritan menos la piel. Evite el roce y la presión excesivas (tirantes de sujetadores, cataplasmas, bolsas de agua caliente, esterillas, etc.) que también pueden producir irritación si rozan la zona tratada

Precauciones generales:

- Los hábitos tóxicos, como el alcohol, tabaco, etc. no le ayudan en la recuperación de su salud, procure eliminarlos, ya que aumentarán la toxicidad del tratamiento
- Puede que se sienta más cansado durante la radioterapia, procure descansar el tiempo que Vd. necesite.
- Algunas personas tienen sentimientos de depresión, miedo, ira, frustración o desamparo. Si usted es una de ellas, no dude en consultárnoslo para intentar poner el mejor remedio.
- Cada caso es distinto y no pueden hacerse comparaciones fáciles. Comentar su enfermedad con otros pacientes innecesariamente, puede inducir a errores en el conocimiento de su enfermedad. Tampoco busque a través de ellos una información que únicamente le pueden dar con garantías los miembros del equipo asistencial. Si tiene alguna duda consúltenos.

¿Qué controles se le realizarán a lo largo del tratamiento?

Normalmente tendrá con su médico responsable una visita semanal. Su finalidad es explorar la zona tratada y de esta forma controlar la evolución de su tratamiento.

También es una buena ocasión para aclarar dudas y actualizar la información sobre su estado de salud en general.

¿Cómo se realiza el seguimiento médico después del tratamiento?

Los posibles efectos secundarios derivados de su tratamiento, pueden durar un cierto tiempo, pero tienden a ir disminuyendo, hasta sentirse bien. Usted puede contribuir a este proceso de normalización continuando con los mismos cuidados que realizaba durante el tratamiento, por lo menos, temporalmente. Recuerde que **dormir bien y comer adecuadamente** son importantes para la recuperación de su salud.

Finalizadas las sesiones de radioterapia, se le programarán unas visitas de seguimiento para controlar la evolución de su recuperación. Este cuidado posterior dependerá del tipo de patología tumoral que haya tenido y también de los tratamientos que haya seguido o que necesite en el futuro. Algunos pacientes regresarán a la consulta de radioterapia, como parte de su cuidado posterior; otros, en cambio, se remitirán a otros oncólogos o especialistas que están preparados para administrar tratamiento con medicinas contra su enfermedad.

Confiamos en que esta guía le haya sido útil y beneficiosa, especialmente en los aspectos informativos, pero no puede resolver todas sus dudas. **Consúltenos siempre que lo considere necesario**, aunque piense que su pregunta pueda ser banal o su preocupación exagerada. Para que podamos ayudarle, necesitamos que usted nos lo comunique abiertamente.