

PRINCIPIOS GENERALES DE RADIOTERAPIA. GUÍA PARA PACIENTES.

Equipo Médico de Oncología Radioterápica y Braquiterápica.
Clínica La Luz

Cuando su médico le planteó un tratamiento de radioterapia, probablemente se le plantearon muchas dudas. Algunas de ellas las comentaría con el médico, que le dio la información y orientación adecuada, pero es probable que todavía le hayan quedado dudas sobre cuestiones que en aquel momento no planteó.

Este documento pretende complementar la información que ya ha recibido, y al mismo tiempo puede servir para que su familia y acompañante más cercanos puedan tener información o bien resolver dudas, ahora o en el futuro inmediato.

Le ofrecemos a continuación una información práctica y comprensible huyendo de explicaciones demasiado científicas, para ello vamos a contestar las preguntas que a menudo nos hacen nuestros pacientes:

¿QUÉ ES LA RADIOTERAPIA?

La radioterapia es también llamada terapia de radiación, y consiste en el tratamiento del cáncer con radiaciones ionizantes de alta energía.

La radioterapia es una manera efectiva para tratar el cáncer, usando rayos de alta energía para atacar y destruir células tumorales. Es similar a la irradiación recibida al hacer una radiografía, con la diferencia de emitir una dosis mayor y durante un tiempo más prolongado. Hay muchas formas de radiación disponibles. En su caso, la selección se basa en el tipo de tumor y su localización.

Los cánceres son el crecimiento incontrolado de células anormales. Los distintos tipos de cáncer reaccionan a la radiación de forma variada, por lo tanto, las características de los tratamientos pueden variar también. Tras completar un tratamiento, generalmente pasan meses para que el tumor desaparezca completamente (si se consigue este efecto), quedando en muchos casos una zona residual de tejido cicatricial de difícil valoración. Con un diseño cuidadoso, podemos dirigir la radiación al tumor minimizando la dosis recibida en la mayoría de los tejidos normales. Para poder lograrlo debemos evaluar el tratamiento desde ambos lados de su cuerpo, o desde ángulos diferentes. Es posible que apliquemos un tratamiento con más de una forma de radiación, y en esos casos, puede requerirse el uso de más de una máquina generadora de la radiación.

Los **objetivos** del tratamiento de radioterapia son:

RADICAL: pretende la curación del paciente.

COMPLEMENTARIA: su finalidad es curativa, ya sea para disminuir el volumen tumoral antes de la cirugía (preoperatoria) o para destruir la enfermedad residual después de la cirugía (postoperatoria).

PALIATIVA: pretende frenar el crecimiento del tumor y controlar o aliviar los posibles síntomas: dolor, sangrado...

SIMULTANEA: asociada de forma simultánea a quimioterapia de forma que se potencia el efecto de ambas armas terapéuticas.

¿CÓMO SE ADMINISTRA LA RADIOTERAPIA?

Los tratamientos de radioterapia se pueden administrar en una sola dosis (un día de tratamiento) o en dosis fraccionadas (diversos días de tratamiento).

El número total de sesiones varía en función de la dosis total que es necesaria según el protocolo.

Generalmente el tiempo de tratamiento suele variar entre 3 y 6 semanas, realizando una sesión por día. Y la duración de la sesión oscila entre 5-10 minutos, cada sesión.

¿ME VOLVERÉ RADIOACTIVO TRAS LA RADIOTERAPIA?

Usted no se volverá radioactivo tras haber recibido radioterapia, así que no se preocupe; usted no puede dañar a su familia y amigos.

¿QUIÉN ME DARÁ LA RADIOTERAPIA?

Un equipo trabajará coordinadamente para aplicarle la radioterapia.

El grupo médico está dirigido por un Oncólogo Especialista en Radioterapia. En este manual nos referiremos a él cómo "su médico".

La enfermera de radioterapia trabaja estrechamente con el médico, para poder atenderle durante su tratamiento.

El técnico es el encargado de aplicar el tratamiento indicado, y también es capaz de atenderle antes, durante y después del tratamiento.

El Radiofísico es el encargado de realizar los cálculos necesarios para poder llevar a cabo el tratamiento diseñado y los controles necesarios de las unidades de tratamiento.

¿PRODUCE LA RADIOTERAPIA EFECTOS SECUNDARIOS?

Todo depende de la parte del cuerpo en la cual está siendo aplicada. La mayoría desaparecen entre 2-3 semanas después de terminar el tratamiento.

Estos efectos no aparecen en todos los casos, ya que depende de la dosis administrada, de la región del cuerpo tratada y del estado físico y emocional del paciente.

Algunos de los **efectos secundarios** más frecuentes son:

- La piel en el área tratada puede volverse enrojecida, con síntomas de desazón, como cuando se produce una quemadura del sol. Esto pasa generalmente tras 4 semanas de radioterapia. Pregúntele a su doctor acerca de las pomadas disponibles para aliviar el escozor y el prurito.
- Puede fatigarse, sentirse más cansado de lo normal. Intente no agotarse y tener suficiente tiempo de descanso. No se sobre-esfuerce a sí mismo.
- Es común que aparezca dificultad para tragar después de las dos primeras semanas de tratamiento si su boca o cuello está en el área tratada.
- Es probable que no tenga apetito. Este efecto secundario es muy frecuente cuando el abdomen y el área del estómago están dentro del área de tratamiento. Si es así, le ayudará el comer alimentos en pequeñas cantidades durante el día, en vez de comer tres comidas abundantes. El nutricionista puede darle más sugerencias de cómo alimentarse durante su tratamiento.
- Puede caerse el cabello, pero solamente en el área tratada.
- La piel de las axilas puede volverse más sensible si está incluida en el volumen de irradiación. La sudoración disminuirá durante el tratamiento.
- Si usted tiene algún efecto secundario, informe a su médico o enfermera.

Los efectos secundarios presentes dependen de la región irradiada:

Tratamiento de cabeza y cuello:

- Enrojecimiento de la zona tratada
- Descamación de la piel.
- Pérdida localizada de la vellosoidad o cabello
- Aparición de alguna úlcera en la mucosa (cara interna de la mejilla, lengua y encías).
- Sequedad de boca.
- Escozor o picor en la garganta al tomar alimentos ácidos, picantes, salados...
- Dificultad y/o dolor al tragar.
- Disminución del gusto, sensación de mal gusto (sabor metálico).

Tratamiento en sistema nervioso central:

- Dolor de cabeza.
- Alopecia (caída del cabello).
- Náuseas.
- Vómitos.
- Mareos.
- Somnolencia, dificultad en la concentración.
- Aturdimiento.

Tratamiento de la zona torácica:

- Enrojecimiento de la zona tratada.
- Descamación, picor o escozor en la piel.
- Molestias al tragar alimentos.
- Tos irritativa.

Tratamiento de la zona abdominal:

- Náuseas.
- Vómitos.
- Ardor de estómago.
- Cólicos.

Tratamiento de la zona pélvica:

- Dolor abdominal (retortijones, espasmos...).
- Diarreas.
- Molestias vaginales.
- Molestias al orinar.
- Molestias anales.
- Aumento de la sensación de defecar.

¿CÓMO DEBO CUIDAR MI PIEL DURANTE LA RADIOTERAPIA?

- Mantenga las marcas de la piel hasta que termine el tratamiento. Un miembro del equipo le avisará cómo y cuando quitárselas.
- Debe enjuagar el área tratada con agua tibia pero no debe restregarse.
- No use colonia, desodorante, alcohol, agua oxigenada, soluciones antisépticas, cremas, lociones, etc en el área de tratamiento pues contienen sustancias que pueden reaccionar con la irradiación. Su médico le indicará qué productos puede usar.
- Si su tratamiento es sobre el tórax, no utilice sujetadores con aros o con rellenos ya que tienden a irritar más la piel. Evite los roces con licra, tejidos ásperos, nylon y todo aquello que pueda dañar la piel. Utilice prendas de algodón 100%. No se depile la axila del lado tratado.
- No aplique calor en el área tratada, ni tampoco la esponja al sol.
- Si la piel en el área tratada le pica, no se rasque. Si esto le causa un problema, hágaselo saber a su doctor.
- Si el tratamiento se realiza sobre la cara o el cuello, no deberá afeitarse con cuchilla. Utilice máquina eléctrica sin apurar el rasurado. Consulte con su médico o enfermera antes de afeitarse el área de tratamiento.

¿QUÉ HACER CUANDO SE PRESENTE AL FATIGA?

Probablemente éste sea el efecto más común de los tratamiento de radioterapia. La fatiga no se manifiesta necesariamente o exclusivamente como cansancio físico, sino también como una forma de dificultad para concentrarse o para llevar a cabo las tareas intelectuales o físicas que antes podía desarrollar con normalidad.

De hecho, la causa de la fatiga no se conoce con certeza y además se puede presentar en grados muy diversos. En general depende de factores como la edad, sexo, tiempo de tratamiento, nutrición, etc.

Las siguientes **recomendaciones** contribuirán a mejorar su estado si sufre este efecto:

- Planifique periodos de descanso diario.
- Procure organizar sus actividades de forma que pueda llevarlas a cabo en los momentos del día en que se sienta más descansado, o bien después del descanso adecuado.
- La inactividad no le ayudará a mejorar su estado. Es preferible que procure realizar algún tipo de actividad física moderada con regularidad, por ejemplo, caminar, nadar...

¿CUÁNDO CESARÁN LOS EFECTOS SECUNDARIOS?

Los efectos secundarios desaparecerán unas semanas después de terminar el tratamiento.

Usted obtendrá información específica sobre el tipo de radiación que recibirá, incluyendo como controlar los efectos secundarios en su caso en particular, y que hacer cuando se susciten otros problemas.

¿PODRÉ TENER RELACIONES SEXUALES?

Usted no es radioactivo. Puede tener relaciones sexuales si no le es incómodo y por lo tanto no hay peligro de radiación o cáncer para su pareja.

Es muy importante que tome las medidas necesarias para evitar el embarazo durante los tratamientos de radiación. Consulte con su médico antes de tomar hormonas o anticonceptivos al igual que si desea considerar el embarazo una vez terminado su tratamiento.

¿QUÉ OTRAS COSAS DEBO HACER?

Comer dieta equilibrada. Comer diariamente algunos alimentos de los siguientes grupos:

- Panes y cereales.
- Carnes, pescados, huevos y legumbres.
- Leche ó productos derivados.
- Vegetales ó frutas.

Debe comer lo suficiente para poder mantener su peso normal; sus necesidades calóricas son mayores en este momento, por lo tanto si es posible, coma más de lo habitual. El nutricionista puede ayudarle a planear su dieta. Infórmele a su doctor si pierde o gana más de 1 Kg a la semana.

Beba suficientes líquidos. Beba por lo menos de 2 a 3 litros diarios. Estos líquidos pueden ser: gelatina, helados de fruta, zumos, infusiones, sopas y leche. Si usted observa que está perdiendo peso, intente beber líquidos que tengan más calorías.

Puede hacer algunos ejercicios, y descanse lo más posible. Puede continuar con sus actividades normales siempre y cuando no se agote, y se dé tiempo para descansar. Su doctor le indicará el tipo y la cantidad de ejercicio adecuado para usted. Intente dormir, por lo menos, seis horas por la noche y siestas durante el día.

¿QUÉ DEBO HACER CON LOS MEDICAMENTOS?

Si usted está tomando alguna medicina, debe informarle a su doctor.

Su especialista evaluará sus medicamentos, y le indicará cuáles puede seguir tomando durante el tratamiento. Si necesita otras medicinas, se le recetarán cuando sean requeridas.

¿DEBO HACER ALGÚN RÉGIMEN DE VIDA ESPECIAL?

El tratamiento que deberá seguir no le obliga a recluirse ni a aislarse.

En este documento intentamos hacerle recomendaciones para facilitarle la adaptación a la nueva situación, pero creemos que un buen consejo es que procure cambiar sus hábitos o actividades sólo cuando lo considere necesario, y que se esfuerce en continuar su vida familiar, social e incluso laboral con la máxima normalidad posible. Esto le será de gran ayuda.

¿CON QUIÉN DEBO HABLAR SI TENGO OTRAS PREGUNTAS?

Con su cooperación, los integrantes del grupo médico de radioterapia pueden ofrecerle el mejor cuidado posible. Si tiene alguna pregunta acerca de su cuidado, por favor hable con su médico especialista.

ENLACES DE INTERÉS CON PÁGINAS WEB DE ONCOLOGÍA:

www.todocancer.org
www.cancer.gov/espanol
www.seom.org
www.aero.es