

GUÍA PARA PACIENTES EN EL SERVICIO DE **RADIOTERAPIA**



CLÍNICA
**San
Rafael**

¿Qué es la radioterapia?

Es un tratamiento para el cáncer que utiliza altas dosis de radiación con esto disminuye las células cancerosas y por ende el tamaño tumoral. Puede ser utilizada en conjunto con quimioterapia, cirugía o inmunoterapia. De acuerdo con la dosis de radiación aplicada por área es posible que no pueda volver a ser administrada en el mismo sitio.

¿Cómo funciona?

La radioterapia (RT) daña el material genético de las células de forma irreparable por lo que estas dejan de dividirse o mueren, esto no sucede de forma inmediata, se requiere varios días de tratamiento.

Una vez finalizado el tratamiento diario puede estar en contacto con otras personas ya que no emite radiación.

¿Tipo de radioterapia?

Esta puede ser de haz externo o interno, la elección depende de varios factores intrínsecos al tumor como el tipo, tamaño y ubicación, así como factores propios de cada paciente como su historia clínica, edad, entre otros.

Haz externo

Procede de una máquina que enfoca la radiación a su cáncer, la máquina gira alrededor de su cuerpo sin tocarlo. Se suele realizar de forma ambulatoria y es la que usted recibirá en la Clínica San Rafael.

Haz interno

Es un tratamiento donde la fuente de radiación se pone dentro de su cuerpo, sea de forma líquida o sólida, en el caso de la primera sería una radioterapia sistémica, donde el medio de radiación se administra de forma intravenosa, la última se denomina braquiterapia, proceso mediante el cual se colocan listones, cápsulas o semillas dentro o cerca del tumor.

¿Con que fin se administra la radioterapia?

Puede ser con fines curativos, lo que significa que detiene, hace más lento su crecimiento o evita que regrese la enfermedad, si es con fines paliativos significa que va a tratar los síntomas producidos por el tumor. Debe comunicarse con su médico para definir a que grupo pertenece.

¿Producirá dolor?

La radioterapia como tal no causa dolor, pero los efectos secundarios puede que sí, más adelante se explicará con más claridad.

¿Puedo trabajar durante la radioterapia?

La radioterapia produce frecuentemente fatiga y cansancio, algunas personas pueden trabajar a tiempo completo, otras solo parcial y otras no pueden hacerlo. Cuanto pueda trabajar depende de cómo se sienta, debe hablar con su médico para esclarecer las medidas a tomar.

¿Cuánto puede durar un tratamiento?

El tratamiento de radioterapia suele durar entre una y siete semanas, dependiendo de la zona de tratamiento, la dosis que se administre y del número total de sesiones. Diariamente, cada sesión dura sólo unos minutos, aunque puede ser variable dependiendo de la técnica.

¿Qué profesionales lo van a atender?

Durante su tratamiento, recibirá atención de un equipo de profesionales sanitarios que se coordinan para ajustar el tratamiento más efectivo y responder a las dudas que usted o su familia puedan tener.

El equipo de radioterapia está integrado por:

- **Oncólogo radioterápico:** Es un médico que se dedica a la atención desde el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento. Está especialmente capacitado para valorar, prescribir, verificar y administrar un tratamiento de radioterapia, así como para la evaluación de los efectos secundarios, durante y tras el tratamiento. Este médico tomará muchas de las decisiones sobre su tratamiento.
- **Físico médico:** Se asegura de que el equipo de radiación esté funcionando adecuadamente, planifica el tratamiento y comprueba que la dosis impartida coincida con la planificada.
- **Tecnólogos en radioterapia:** Operan el equipo de radiación y lo colocan para recibir el tratamiento.
- **Enfermera experta en radioterapia:** Enfermera titulada con capacitación especial en el tratamiento del cáncer o la prevención. Le dará información sobre su tratamiento de radiación y le aconsejará para sobrellevar los efectos secundarios que pudiera tener.

Todo este equipo de profesionales le guiará y apoyará a lo largo de todo el tiempo que dure el proceso de radioterapia.

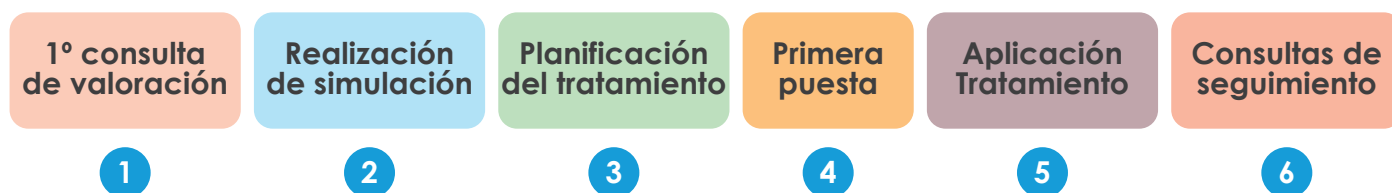
Una tecnología de vanguardia a su disposición

La efectividad de los tratamientos de radioterapia y la minimización de los efectos secundarios están muy vinculados a la tecnología utilizada. En la Clínica San Rafael se cuenta con un acelerador lineal de vanguardia (Elekta Infinity) que permite la realización de tratamientos complejos con el mayor ajuste de dosis de irradiación y la máxima protección de los órganos sanos que limitan las zonas a tratar.

¿Cómo será el proceso de tratamiento?

El proceso de tratamiento con radioterapia sigue varias etapas y en las primeras fases no se administra tratamiento.

A continuación, le explicamos la secuencia de etapas o fases que va a seguir, y una breve descripción sobre el objetivo de estas.



Antes de comenzar la radioterapia se le realizará un procedimiento de planificación del tratamiento denominado simulación. El cual se realiza para garantizar que la zona a tratar se delimite correctamente, que usted reciba una dosis adecuada de radiación, que la dosis en el tejido cercano sea lo más pequeña posible y con esto evitar eventos adversos. Durante la simulación se realizarán estudios imagenológicos y la piel se marcará con pequeños puntos de tatuaje. Marcas que sirven para asegurarse su posición correcta.

En caso de que vaya a recibir tratamiento en la cabeza, la cara, el cuello o a veces, en el pulmón, se elaborará una máscara de sujeción de un material plástico, donde señalarán las marcas que delimitan el área de tratamiento (en lugar de llevarlas sobre la piel).

Durante todo este proceso de posicionamiento, se le tomarán fotografías para la preparación diaria del tratamiento. También por su seguridad clínica, se le tomará una fotografía de la cara para su identificación activa previas sesiones terapéuticas.

Deberá acudir a la tomografía computarizada de planificación, el día y en la hora que se le indique, ya que servirá para determinar y localizar el volumen a tratar y las estructuras sanas que se quieren proteger de la radiación.

Planificación:

Cuando la simulación esté completa, el equipo de oncología radioterápica se reúne para analizar de qué manera llegar al tumor o a la zona a tratar para no herir el resto de los tejidos.

Primera Puesta:

Se le citará para verificar que las características del tratamiento previsto se ajustan a sus necesidades en cuanto a su enfermedad, anatomía y posición en la mesa de la unidad. En base a los resultados, se procederá a realizar ajustes si fuera preciso. Si la verificación es correcta, se comienza con el tratamiento.

Tratamiento:

La primera sesión suele tener una mayor duración, pues hay que efectuar comprobaciones con imágenes digitales. Las sesiones se realizarán diariamente a excepción de sábados, domingos y festivos y con una duración aproximada de entre 10 y 20 minutos en función del tratamiento. La mayor parte de este tiempo se emplea en la colocación del paciente sobre la mesa, su alineación y en aspectos técnicos, por lo que una mínima parte es la que se emplea en la propia irradiación.

Lo único que usted tiene que hacer es mantenerse inmóvil en la mesa de tratamiento y seguir las instrucciones que le vaya dando el personal. En el momento en que se va a administrar la radioterapia, los técnicos salen de la sala y le controlan a usted a través de un circuito cerrado de televisión.

Diariamente la unidad de tratamiento (acelerador) es sometida a controles realizados por personal especializado, que permiten garantizar el correcto funcionamiento de la máquina y la adecuada administración del tratamiento.

Asimismo, periódicamente, se realizan revisiones más exhaustivas por personal especializado de uno o más días durante los cuales el acelerador queda parado (paradas programadas).

Consultas de Seguimiento:

Aunque durante la sesión no hay percepción de la radiación, a medida que el tratamiento va avanzando y se acumulan las sesiones recibidas, pueden aparecer algunos efectos secundarios, estando así prevista una revisión, generalmente semanal, de los pacientes en tratamiento. Estas consultas de seguimiento las realiza una enfermera y/o su oncólogo radioterápico responsable.

Una vez finalizado el tratamiento Radioterápico, el paciente asistirá a consultas de control con el médico especialista dependiendo la patología primaria tratada, de las condiciones clínicas del paciente y de acuerdo a los protocolos clínicos adoptados, siendo lo más frecuente: Cada 2-3 meses durante el primer año tras finalizar el tratamiento de radioterapia; posteriormente cada 6 meses hasta completar 2-3 años y finalmente de forma anual hasta completar los 5 años se da por finalizada la radioterapia.

Cada seguimiento es personalizado de acuerdo con las características de cada paciente.

Recomendaciones para asistir a radioterapia

- Realice una lista con las preguntas acerca de su tratamiento y dialóguelas con la jefe de enfermería o el médico.
- Llegue a tiempo a todas sus citas.
- Informe al equipo médico cuando presente algún efecto secundario como cambios en la piel, en los hábitos intestinales o dolor.
- Cuidar su piel.
- Hidratarse.
- Mantener una buena alimentación.
- Evite al máximo la quietud, intente caminar de 15 a 30 minutos al día.

Medidas generales

Cuidados de la piel

- El baño debe ser con agua templada y con jabón de PH neutro, no frotar la zona tratada.
- No debe afeitarse con cuchilla convencional, puede cortarse. Utilizar máquina eléctrica sin apurar el rasurado y no use cremas para después del afeitado.
- No use perfumes, desodorantes, aceites para el cuerpo, ungüentos, lociones o remedios caseros en el área tratada durante y tras varias semanas después del tratamiento.
- La piel debe estar hidratada 2 o 3 veces al día con el ungüento recomendado por su médico antes de comenzar el tratamiento. No se debe aplicar ninguna crema antes de 2 o 3 horas en la zona a tratar previas al inicio de la radioterapia, ya que algunas cremas pueden interferir con la Radioterapia y la cicatrización.
- No frote o rasque las zonas tratadas, si es necesario con los dedos realice un pequeño masaje.
- No coloque nada caliente ni nada frío como compresas sobre la región tratada sin que el personal de radioterapia se lo indique.
- No se exponga a la luz del sol mientras recibe tratamiento por lo menos durante un año después de haber terminado la terapia, sobre todo si ha recibido quimioterapia conjunta. Use ropa protectora y una crema con protección solar. Debe protegerse de temperaturas extremas.
- La aparición y severidad de las lesiones en la piel depende de la dosis de radioterapia recibida, la frecuencia, el tipo de piel, entre otros factores. Por lo cual debe mantener una adecuada higiene en la piel o en pliegues cutáneos. Evite rozaduras en la zona, hidrate la piel con la crema recomendada por su médico.

Vida sexual y fertilidad

Puede tener una vida sexual normal. Salvo que sea contraindicado por su médico como en ciertos tipos de cáncer de próstata, durante la terapia debe utilizar métodos anticonceptivos. Tenga en cuenta que usted no emite ninguna radiación, no hay riesgos para usted ni para su pareja de contaminación por radioactividad.

Si el campo de irradiación no es la pelvis, no tiene por qué verse afectada la fertilidad. De hecho, muchos pacientes que recibieron radioterapia han tenido hijos. En caso de no querer tener hijos, es mejor usar algún tipo de anticonceptivo que podrá consultar con su médico.

Es importante que una mujer que este en tratamiento de radioterapia no quede embarazada durante el mismo. La radioterapia puede hacerle daño al feto en todas las etapas del embarazo. Hable con su médico o enfermera sobre métodos anticonceptivos.

Nutrición

- La dieta debe adaptarse a la situación individual de cada paciente.
- Si es necesario planifique horarios de ingesta, según su pérdida de apetito, anorexia o ansiedad.
- Realice un mínimo de 4 comidas al día, desayuno, almuerzo, merienda y cena, idealmente comidas de pequeño volumen, pero muy nutritivas, coma despacio y mastique bien, no tome bebidas excitantes como té, café, cola o alcohol.
- Se recomienda el consumo moderado de grasas especialmente las de origen animal.
- Consuma carnes magras o blancas.
- Ingiera frutas varias veces al día.
- Sustituya alimentos que no le sientan bien a otros de la misma familia.
- Procure beber mínimo 6 vasos de agua al día.
- Realice una adecuada limpieza de los alimentos, lave las frutas y verduras antes de pelarlas, guarde los alimentos en la nevera.

Efectos generales

Cansancio

Es muy frecuente que suceda, es temporal y desaparece varias semanas después de finalizar la Radioterapia, puede ser consecuencia del propio tratamiento, de otros tratamientos asociados o del desplazamiento diario a la Clínica. Para prevenirla debe tener en cuenta:

- Trate de dormir 8 horas o más cada noche.
- Descanse lo máximo posible. Elija las actividades más importantes para usted, si es necesario tome siestas durante el día de al menos 1 hora cada una, en lo posible trate de hacer ejercicio que sea tolerable como caminar.
- Solicite ayuda, comparta y delegue en otras tareas que debe hacer.
- Mantenga un equilibrio entre la actividad física y el descanso.
- Si tiene hijos pequeños, comparta su cuidado con alguna otra persona siempre que pueda.
- Utilice métodos para reducir el estrés: música, pasear, yoga, conversar con otras personas.
- Si no duerme bien dígaselo a su oncólogo radioterápico, pero no tome ningún medicamento sin su aprobación.
- Procure llevar una vida lo más normal para usted, y disfrute de lo que haga.

Epitelitis o radiodermatitis

La piel es el órgano que primero recibe la radiación por lo que puede sufrir alteraciones a lo largo del tratamiento. Puede aparecer algo similar a la quemadura solar, tras dos o tres semanas después de ir a radioterapia aparece una coloración rojiza en la zona de tratamiento, a partir de la cuarta semana aparece una coloración más pigmentada y oscura. En algunas ocasiones puede empeorar la lesión en la piel por lo cual debe hablar con su médico.

Se puede decir que cada caso es diferente. Le aconsejamos que evite hacer comparaciones con otras personas. Tenga en cuenta que nadie mejor que el personal que le atiende para comentar sus dudas.



¡Velamos por
tu bienestar!



CLÍNICA
**San
Rafael**



@clinica.sanrafael



ipsclinicasanrafael



YouTube

Clinica San Rafael

CLÍNICA SAN RAFAEL

SEDE PINARES
Calle 12 #18-50

PBX: (+576)311 5411

CLÍNICA SAN RAFAEL

SEDE CUBA
Cra 25 # 74A-87 Barrio Rafael Uribe II

PBX: (+576) 3270700

www.ipsclinicasanrafael.com