

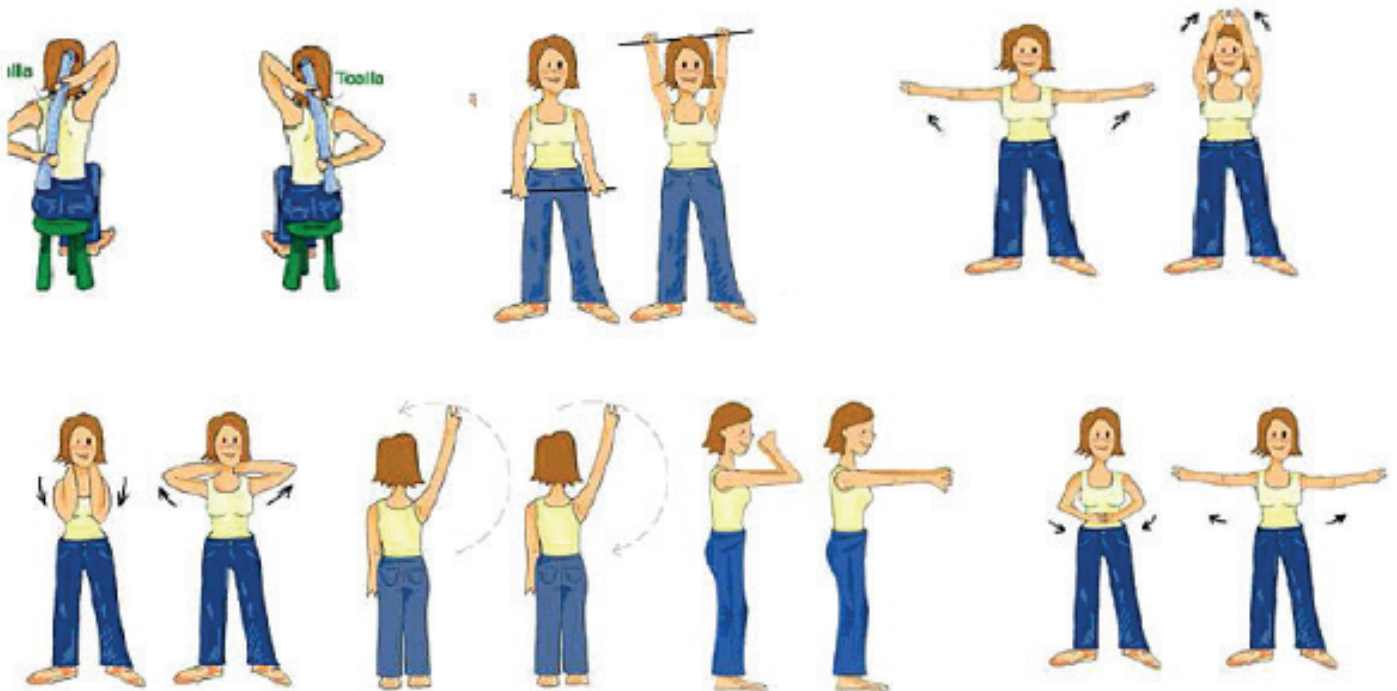
# GUÍA PARA PACIENTES EN RADIOTERAPIA EN TÓRAX

Debe cumplir con los cuidados de la piel que presentamos previamente

Es relativamente frecuente que durante o tras el tratamiento la mama se inflame ligeramente y aparezcan pinchazos ocasionales, también hipersensibilidad en el pezón. Suele desaparecer semanas o meses después de finalizar la radioterapia.

Si es necesario usar sujetador, este debe ser sin aro y sin relleno para no generar roces, idealmente en casa no debe usar nada.

Para la prevención de la linfedema debe realizar ejercicios como los presentados a continuación



Puede presentar dificultad para ingerir alimentos dado que la Radioterapia presenta lesiones en la mucosa del esófago dando lugar a esofagitis, aparece dos a tres semanas después de iniciar el tratamiento, provocando dolor y dificultad para la ingestión de alimentos para lo cual:

- Se recomiendan comidas suaves y limpias, procurando que los alimentos y bebidas formen una masa suave y uniforme, para que no se dispersen por la boca. Estas deben estar templadas, evitando el frío y el calor. También deben ser poco ácidas.
- Es recomendable eliminar la corteza de pan y los alimentos que irritan las mucosas.
- Se indican comidas blandas, los alimentos sólidos se pueden ablandar añadiendo líquidos y salsas para conseguir texturas más suaves. Se deben evitar bebidas alcohólicas y con gas.
- Los alimentos pueden ser triturados y pasados por un colador, para obtener texturas más uniformes así se evita los grumos, las espinas, los huesecillos.
- Es aconsejable no incluir diferentes consistencias en un mismo plato, ya que lo más sólido puede dispersarse en la boca y provocar un atragantamiento.
- Se deben evitar las frutas y verduras con semillas o pepitas. Así como alimentos que se desmenuzan en la boca ya que dificultan la formación de un bolo homogéneo.

Puede presentar dificultad respiratoria, puede aparecer o incrementarse tos seca. Debe hidratarse muy bien, evitar la respiración oral, el ambiente seco y el aire acondicionado. Tomar bebidas a temperatura ambiente, a sorbos, durante el día, de forma frecuente. Siendo aconsejable tomar pequeños sorbos de infusión de manzanilla con frecuencia.