



Servicio de Oncología Radioterápica
Puerta P- Sótano Sur

Recomendaciones para Pacientes en TRATAMIENTO CON RADIOTERAPIA EXTERNA EN TUMORES DE TORAX

CUIDADOS DE LA PIEL

- La **ropa** en contacto con la zona irradiada debe ser **de algodón**.
- La **higiene** de la zona a tratar se realizará **con agua tibia y gel con PH neutro**, evitando incidir con el agua de ducha a presión y/o temperatura elevada.
- En la zona de tratamiento, **no utilizar esponjas** ni frotar la piel enérgicamente y para secarla dar pequeños toques con toalla de algodón o papel absorbente de cocina.
- En la zona de la **axila**, **no debe utilizar métodos agresivos de depilación** (ceras, rasurado con cuchilla, maquinillas depilatorias desde la raíz del pelo...); de ser muy necesario, utilizar maquinilla eléctrica.
- Intentar mantener las zonas de mayor riesgo, (surco submamario y axila sobre todo), con la piel lo más seca posible.
- Deberá **evitar** ponerse **colonias y desodorante** o cualquier crema, **la enfermera** de la consulta, le **indicará que tipo de cremas hidratantes debe utilizar** durante el tratamiento.
- **Evite el calor o frío** extremos en la zona de tratamiento.
- **Si durante el tratamiento tiene picores** y molestias en la piel irradiada, **no debe rascarse** ni utilizar ningún tipo de desinfectantes ni cremas, utilice compresas de agua de manzanilla para aliviar la sensación de picor (una bolsa de manzanilla en un litro de agua) y **consúltelo con la enfermera** de la consulta de radioterapia.
- **Evite tomar el sol** directamente en esa zona durante el tratamiento. Utilice factor de protección 50.



TRATAMIENTO CON RADIOTERAPIA EXTERNA EN TUMORES DE TORAX

CUIDADOS GENERALES DURANTE EL TRATAMIENTO

- **Evite** sustancias irritantes como el **tabaco y las bebidas alcohólicas**. Evitar las bebidas o alimentos a temperaturas extremas, muy saladas, picantes,... evitar las bebidas con gas o con alcohol.
- Es muy importante, mantener una buena alimentación, dieta sana. Aumente un poco la cantidad de proteínas (carne, pescado, huevos, lácteos), y de vitaminas, (frutas y verduras).
- Beba al menos **2 litros de líquidos al día.**, ya que la hidratación de la piel comienza por mantenerse hidratado por dentro.
- Procure no perder ni ganar peso durante las semanas de tratamiento, si la pérdida o ganancia de peso es mucha podría modificar su anatomía de forma que hubiese que revisar los cálculos de su tratamiento.
- Si durante el tratamiento tiene dificultad para tragar, adecuar la dieta a la tolerancia, cambiar la consistencia de los alimentos (dieta blanda) Hacer seis comidas al día y beber entre horas. En el mercado hay aguas gelificadas, gelatinas (contienen proteínas) purés y yogures que no le provocarán dolor al tragarlos.
- Lleve una vida activa siempre que no haya ninguna contraindicación, se recomienda caminar 30 minutos al día.
- No es recomendable acudir a la piscina ni a la playa debido a que el alto contenido en cloro y sal marina puede irritar la piel.