

# INSTRUCCIONES PARA RADIACIÓN AL PULMÓN

SÍ	NO
<p><b>Actividades de la vida diaria (AVD)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Continúe realizando las actividades de la vida diaria (AVD). Las AVD son tareas básicas de autocuidado que incluyen caminar, alimentarse, vestirse y arreglarse, ir al baño, ducharse y transferirse de un lugar a otro.</li> <li>• Continúe sus actividades personales y laborales diarias en la medida que se sienta capaz. La fatiga es común en las personas con cáncer, pero es diferente para cada persona.</li> <li>• Manténgase tan activo como pueda. El ejercicio regular moderado –especialmente caminar- es una buena forma de aliviar la fatiga. El ejercicio no solo puede aliviar la fatiga, también puede ayudarle a dormir mejor.</li> <li>• Haga que alguien lo acompañe a los tratamientos de radiación.</li> </ul> <p><b>Cuidado de la piel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lave el área tratada diariamente usando un jabón suave, libre de fragancia como Dove-Sensitive Skin® o Aveeno®. Sea cuidadoso al lavar el área tratada y seque dando toquécitos suaves. Use una crema humectante sin fragancia dos veces al día en la piel intacta después del tratamiento de radiación.</li> <li>• Use ropa suelta y de algodón tanto como sea posible para evitar el roce sobre la piel.</li> <li>• Use ropa protectora y manténgase lejos del sol. Aplique protector solar según lo indicado por su médico.</li> </ul> <p><b>Nutrición/Cuidado oral</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siga una dieta combinada de líquidos y alimentos blandos. Intente comer alimentos como cereales cocidos, puré de patatas y sopas.</li> <li>• Incluya alimentos suaves altos en proteína como yogurt grieto, huevos cocidos suaves, sopas cremosas, pescados y carne con salsa espesa.</li> <li>• Manténgase hidratado durante su tratamiento.</li> <li>• Pida a su médico que le recete algo para recubrir y reducir la inflamación del esófago. También puede recetarle medicamentos para el dolor.</li> <li>• Consulte a un dietista para que le de orientaciones.</li> </ul>	<p><b>Actividades de la vida diaria (AVD)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• No haga ejercicio demasiado tarde en la noche, evite las temperaturas extremas y las cabinas de bronceado.</li> <li>• No fume y evite las áreas llenas de humo. Además, evite los irritantes y contaminantes de las vías respiratorias.</li> <li>• No olvide informar a su médico si tiene fiebre, tos o falta de aliento ya que podría ser una señal de neumonía.</li> <li>• No incluya actividades de natación a menos que su médico lo autorice.</li> </ul> <p><b>Cuidado de la piel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• No aplique lociones/cremas a la piel tratada <u>dos horas antes</u> de la radiación o pregunte a su médico para otras indicaciones.</li> <li>• No use productos que contengan alcohol, lo que puede causar sequedad en la piel.</li> <li>• No use toallitas desinfectantes ni esponjas luffa.</li> <li>• No use nada caliente o frío, como almohadillas para calentar o paquetes de hielo directamente sobre la piel tratada.</li> <li>• No use ropa muy ajustada, para evitar el roce sobre la piel en tratamiento.</li> <li>• No use detergente de lavado perfumado para lavar la ropa.</li> </ul> <p><b>Nutrición/Cuidado oral</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• No tome comidas pesadas en la noche.</li> <li>• No empiece a tomar nuevos suplementos ni vitaminas sin la autorización de su oncólogo de radioterapia. Un multivitamínico diario es aceptable.</li> <li>• No deje de tomar medicamentos recetados sin consultar antes con su médico.</li> </ul>



# INSTRUCCIONES PARA RADIACIÓN AL PULMÓN

## OTRAS CONSIDERACIONES

- La mayoría de los efectos de la radiación se limitan al área que se está tratando. Los cambios en la piel pueden incluir sequedad, picor y descamación y pueden aparecer unas 2 semanas después de iniciado el tratamiento. La mayoría de las reacciones a la piel se curan 1 a 3 semanas después de terminar la radioterapia.
- Algunas personas que reciben terapia de radiación pueden sentir un dolor ardiente intenso o se les puede quedar la comida atascada en el pecho, a eso se le llama esofagitis, lo que normalmente aparece 2 a 3 semanas desde el inicio del tratamiento de radiación. La esofagitis normalmente se resuelve 2 a 4 semanas después de que aparecen los síntomas.
- Ocasionalmente, algunas personas desarrollan una infección fúngica/bacteriana en el esófago que se trata con la medicación apropiada. Los síntomas de la esofagitis pueden incluir dificultad y/o dolor al tragar, pérdida de peso, deshidratación y posible aspiración de comida o líquidos. Deberá informar al personal clínico tan pronto como aparezcan los síntomas. Normalmente no se interrumpe la radiación.

