

## Radioterapia abdominal

Como parte de su tratamiento contra el cáncer, usted está recibiendo radiación en su vientre, o abdomen. Este folleto trata acerca de los efectos secundarios que pueden ocurrir. También le explica formas de cómo controlar los efectos secundarios.

### Posibles efectos secundarios

**Náusea.** Podría sentirse mal del estómago. Esto depende de la ubicación y del tamaño de la zona del tratamiento, y además, de la cantidad de radiación que usted recibe. Las náuseas generalmente comienzan de 2 a 6 horas después del tratamiento. Informe a sus médicos oncólogos si se siente enfermo. Estos consejos pueden ayudar con las náuseas:

- Comer pequeñas cantidades de alimentos varias veces al día en lugar de tres comidas grandes.
- Pregunte a su equipo de oncólogos acerca de comer algo ligero antes de su radiación, tal como galletas saladas o pan tostado.
- Evite acostarse después de comer.
- Pregunte a su equipo de oncólogos acerca de medicamentos para aliviar las náuseas antes de su tratamiento.

Es importante alimentarse bien. Sus médicos oncólogos verificarán para asegurarse que usted está comiendo y bebiendo lo suficiente. Ellos verificarán su peso cada semana.

**Acidez estomacal.** Algunas veces los tratamientos de radiación pueden causar acidez estomacal. Podría sentir como si tuviera un nudo al tragar o que la comida se le pega en la garganta.

Estos consejos pueden ayudar con la acidez:

- Evite comidas ácidas y picantes.
- Incluya alimentos más blandos en su dieta.
- Beba suplementos líquidos tales como Ensure® o Carnation Instant Breakfast®.
- Pregunte a su equipo de oncólogos antes de usar antiácidos o medicamentos bloqueadores de ácido.

**Diarrea.** Usted podría tener evacuaciones intestinales frecuentes o diarrea, que son heces sueltas y acuosas. Esto depende de la ubicación del área que está siendo tratada. Si tiene diarrea, informe a sus médicos oncólogos. Le pueden recomendar dietas y medicamentos que le ayudarán.

Estos consejos pueden ayudar a calmar el dolor que la diarrea puede causar en el área rectal:

- Use toallitas para bebés sin contenido de alcohol en lugar de papel higiénico para limpiarse después de los movimientos intestinales.
- Enjuague con agua el área anal utilizando una botella de chorro después de cada evacuación.
- Trate el área anal si se irrita o si desarrolla hemorroides. Los productos sin receta médica para las hemorroides pueden ser de utilidad. Sentarse en una tina con agua tibia por encima de las caderas también puede ayudar.

**Cambios en la piel.** Los efectos de la radiación sobre la piel dependen de muchos factores:

- Número de tratamientos
- Dosis de radiación total
- Exposición al sol del área tratada previo a la radioterapia.
- Estado general de salud

Los efectos secundarios en la piel ocurren únicamente en el lugar donde la radiación entra y sale de su cuerpo. Si usted no está seguro dónde están esas zonas, pregunte a sus médicos oncólogos. Cuide de su piel a partir del primer día de radiación, antes de que ocurran los efectos secundarios.

Los siguientes cambios en la piel pueden ocurrir después de una o dos semanas de tratamientos de radiación:

- Se reseca o tiene picazón
- Se vuelve más oscuro, rosado o rojo
- Se vuelve irritado y sensible
- Se descama o se ampolla

Debido a la radiación, los cambios en la piel ocurren lentamente a través del tiempo. Pueden durar por un tiempo después del término de los tratamientos de radiación. La mayoría de los efectos son temporales. Estos desaparecen de 2 a 4 semanas después de finalizado el tratamiento.

Aquí hay algunos consejos para ayudarle a proteger su piel:

- Lave suavemente con agua tibia. No frote. Utilice las manos en lugar de un estropajo. Séquese dando toquitos con una toalla suave.

- Use un jabón suave sin alcohol, perfumes ni desodorantes.
- Evite frotar sobre la piel tratada. Use ropa que le quede holgada. Las telas de algodón son las menos irritantes.
- No use cinta o vendas adhesivas en la zona tratada.
- Evite las temperaturas extremas. No usar compresas calientes, botellas de agua caliente o bolsas de hielo en la zona tratada.
- Mantenga la piel tratada protegida del sol. Use protector solar con factor SPF de por lo menos 30 cuando esté al aire libre. Póngase un sombrero de ala ancha, camisas de manga larga y pantalones largos. No usar camas de bronceado.
- Use solamente rasuradora eléctrica si se afeita la zona tratada.

Estos consejos pueden ayudar con los cambios en la piel:

- Aplique una crema humectante, loción, gel o aceite a la piel irradiada. No use loción justo antes de los tratamientos de radiación. Puede usarla por lo menos 4 horas antes.
- Elija productos para piel delicada. Evite productos con perfumes o desodorantes.
- Si un producto le causa ardor, deje de usarlo.
- Si su piel se vuelve sensible o con picazón, pruebe usando una crema con 1% de hidrocortisona de la farmacia. Si es necesario, sus médicos oncólogos pueden recetarle una crema con esteroides.

**Caída del cabello.** Después de unas dos semanas, empezará a perder el cabello en el área que fue sometida al tratamiento. Generalmente comienza a crecer al cabo de 3 a 6 meses después del término de su tratamiento de radiación. Si usted se afeita el área tratada, use solamente rasuradora eléctrica. La pérdida del cabello puede ser permanente dependiendo de la cantidad de radiación que reciba.

**Fatiga.** Sentirse cansado y débil es un efecto secundario muy común de los tratamientos de radiación. Cuídese mucho mientras está en tratamiento. Mantenga un balance entre el ejercicio y el descanso. Si se siente muy cansado, podría necesitar descanso adicional. Muchos pacientes encuentran que el ejercicio ligero, tal como caminar, puede mejorar los niveles de energía. Hable con sus médicos oncólogos antes de empezar a hacer ejercicio.

Estos efectos secundarios podrían continuar después de su último tratamiento. Por favor hable con su equipo de cuidados del cáncer si tiene alguna inquietud.