

Radioterapia en el esófago y parte media del tórax

Como parte de su tratamiento del cáncer, usted está recibiendo radiación en su esófago/parte media del tórax. Este folleto trata acerca de los efectos secundarios que pueden ocurrir. También le explica formas de cómo controlar los efectos secundarios.

Posibles efectos secundarios

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.
- Ingiera alimentos más blandos.
- Beba suplementos líquidos tales como Ensure® o Carnation Instant Breakfast®.
- Pregunte a su equipo de cuidados del cáncer antes de usar antiácidos o medicamentos bloqueadores del ácido.

Dificultad para tragar/garganta irritada. Usted puede tener garganta irritada y dificultad para tragar. Usted puede tener un cuerpo extraño en su garganta o una sensación de atragantamiento. Estos problemas también pueden hacer que usted tosa al comer o beber.

Esto puede hacer difícil comer y obtener la nutrición que necesita. Estos consejos pueden ayudar con los problemas de su garganta:

- Coma cantidades más pequeñas de alimentos con más frecuencia a lo largo del día. Corte los alimentos en porciones más pequeñas.
- Evite alimentos que irriten su garganta. Los alimentos que son calientes, picantes, ácidos o crujientes pueden empeorar esta situación. Evite el alcohol.
- Coma alimentos blandos. Ablande los alimentos con aderezos, salsas u otros líquidos. Cocine los alimentos que estén más blandos.
- Usted puede tener que aumentar su ingesta de líquidos cuando no coma tan bien. Esto puede incluir varios líquidos, incluyendo suplementos tales como Ensure, Boost o Carnation Instant Breakfast.
- Evite productos de tabaco.
- Siéntese derecho al comer o beber. Beba o coma alimentos en forma de puré a través de una pajita.

Haga saber a su equipo de cuidado del cáncer si tiene algunos de estos problemas. Puede reunirse con un dietista para alguna ayuda, o su equipo puede ayudarlo con terapia y medicamentos.

Náuseas. 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 cuidado del cáncer 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 cuidado del cáncer 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.

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 oscura, rosada o roja
- Se vuelve irritada y sensible
- Descamaciones o ampollas

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 toquécitos con una toalla suave.
- Use un jabón suave sin alcohol, perfumes ni desodorantes.
- Evite frotar 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 use 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 use 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.

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.