

## Cuidado de la piel durante y después de la radiación

Como parte de su tratamiento de cáncer, usted está recibiendo radioterapia. La radiación puede causar cambios en su piel. Este folleto le informa acerca de estos cambios y cómo controlarlos.

### 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 antes de la radioterapia
- Estado general de salud

Los cambios en la piel ocurren únicamente en el lugar donde la radiación entra y sale de su cuerpo. Si usted no está seguro cuáles son esas áreas, pregunte al personal de radioterapia.

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

Las reacciones de la radiación 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 desaparecen después de 2 a 4 semanas. Cuide de su piel a partir del primer día de radiación, antes de que ocurran los efectos secundarios.

**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. La pérdida del cabello puede ser permanente dependiendo de la cantidad de radiación que reciba.

### Consejos para el cuidado de la piel

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 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. Pregunte a su equipo de cuidado de radiación antes de usar almohadillas de calentamiento, botellas de agua caliente, sumergirse en bañeras de agua caliente o bolsas de hielo sobre la piel.
- 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 el área tratada.

### Controlando los cambios en la piel

Estas recomendaciones pueden ayudarle a controlar los cambios en la piel:

- Use una crema humectante, loción, gel o aceite en el área tratada. Elija productos para piel delicada. Evite productos con alcohol, 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.

**No use loción justo antes de los tratamientos de radiación. Puede usarla por lo menos 4 horas antes.**