

RADIOTERAPIA DE CABEZA Y CUELLO

CONSULTA DE ENFERMERÍA
SERVICIO DE ONCOLOGÍA RADIOTERÁPICA

Bienvenidos a la Consulta de Enfermería del Servicio de ONCOLOGÍA RADIOTERÁPICA del Hospital Virgen de la Arrixaca. **Con este folleto queremos informarle y ayudarle a que participe de su cuidado. Si tiene alguna pregunta no dude en consultar a su médico o enfermera/o.**

La consulta externa de Enfermería es una consulta de atención especializada que atiende a los pacientes afectados de diversas patologías con indicación médica de tratamiento radioterápico.

¿QUE ES LA RADIOTERAPIA?

La Radioterapia es un procedimiento por el cual un radioncólogo aplica radiación a la cabeza y/o cuello para destruir las células cancerosas. Trabaja dentro de las células cancerosas para evitar que las mismas se reproduzcan.

Cuando estas células mueren, el cuerpo las elimina naturalmente.

Puede administrarse bien como tratamiento único o como complemento de la cirugía o la quimioterapia.



EFFECTOS DE LA RADIOTERAPIA DE CABEZA Y CUELLO

CANSANCIO (astenia)

Es frecuente que durante el tratamiento, el paciente se encuentre más cansado de lo habitual. Suele ser consecuencia del propio tratamiento, de otras terapias asociadas, y del desplazamiento diario al hospital. Esta sensación de cansancio es **temporal**, y desaparece algún tiempo después de finalizar la radioterapia.

RECOMENDACIONES

Descanse todo lo que necesite. Duerma por lo menos 8 horas por la noche y duerma la siesta. No haga esfuerzos. Lleve una dieta sana y equilibrada. **Recuerde que el cansancio es debido al tratamiento, no a que la enfermedad evolucione desfavorablemente.**

REACCIONES EN LA PIEL

La piel del área tratada puede sufrir alteraciones a lo largo del tratamiento, muy similares a una quemadura solar. Tras dos o tres semanas de radioterapia aparece una **coloración rojiza** en la piel de la zona. Según avanza el tratamiento, ese área va adquiriendo una coloración más pigmentada y oscura. Suele desaparecer en uno o dos meses tras finalizar la terapia. Lavarse la piel del área de tratamiento sólo con jabones neutros.

RECOMENDACIONES

- Al usar una toalla, secar con pequeños golpecitos o aplicaciones. No frote la zona, ya que esto podría hacerle daño.
- Si tiene que afeitarse en el área tratada, utilizar maquinilla eléctrica para prevenir los cortes y no apure.
- Evitar el uso de lociones de afeitado o cremas perfumadas.
- No usar perfumes, desodorantes o maquillaje en el área tratada.

MUCOSITIS (inflamación de la mucosa). enrojecimiento de la mucosa de la boca que ocasiona ligeras molestias. Según aumenta la dosis recibida, comienzan a aparecer pequeñas heridas en la mucosa (**aftas**), generalmente muy molestas y que pueden requerir un descanso en el tratamiento. **Estas alteraciones desaparecen tras finalizar la radioterapia.**

RECOMENDACIONES

- Evitar comidas que irriten la boca, como las frutas cítricas y las comidas con muchas especias, saladas, ásperas, rugosas o secas, el vinagre, el limón.
- Cocinar los alimentos hasta que estén blandos y suaves.
- Cortar los alimentos en pedazos pequeños o convertir la comida en puré.
- Usar una paja para beber líquidos.
- Tomar los alimentos fríos o a temperatura ambiente, puesto que la comida caliente puede irritar la boca sensible.
- Usar pastillas y sprays anestésicos para entumecer la boca y la garganta durante tiempo suficiente para tomar las comidas.
- NO fumar, evitar el consumo de alcohol y de bebidas con gas.



PÉRDIDA DE PELO:

- Una vez que comience el tratamiento, use un champú suave, séquese el pelo mediante golpecitos o aplicaciones y péineselo cuidadosamente, sin tirar.
- Use un secador de pelo sólo si es necesario y manténgalo en un ajuste de poco calor.
- Evite los tintes de pelo, los rulos, las planchas para rizar y hacerse la permanente.

XEROSTOMÍA (boca seca): La xerostomía es un problema crónico de boca seca, que se produce por daños en las glándulas salivares debidos a la radioterapia.

RECOMENDACIONES

- Chupe caramelos duros o polos sin azúcar o mastique chicle sin azúcar; esto puede ayudar también a producir más saliva.
 - Coma alimentos blandos o purés, que son más fáciles de tragar.
 - Mantenga los labios húmedos con bálsamos de labios.
 - Tome comidas con salsas y aliños de ensalada para humedecerlos y hacer que sean más fáciles de tragar.
- Beba un poco de agua cada pocos minutos para hacer que sea más fácil tragar y hablar.



ALTERACIONES DENTALES: Debido a la acción de la radioterapia sobre el hueso y a la falta de saliva, es frecuente que aparezcan caries en las piezas dentales.

RECOMENDACIONES

- Mantenga una buena higiene dental durante y después del tratamiento.
- Es aconsejable que se cepille los dientes tres veces al día (preferiblemente después de cada comida) con un cepillo de cerdas muy suaves y una pasta de dientes con alto contenido en flúor.
- **Debe evitar** colutorios con alto contenido en alcohol. Puede enjuagarse la boca con agua de manzanilla.
- No debe fumar ni beber. El tabaco y el alcohol son irritantes de las mucosas de la boca.
- Si utiliza dentadura postiza, hay que tener en cuenta que, durante el tratamiento, puede ocasionarle lesiones en la mucosa de la boca.



INFECCIÓN POR HONGOS: Es frecuente que, por la alteración de la mucosa por la radiación, se produzca una infección por hongos. En caso que esto ocurra, el médico recomendará el tratamiento más adecuado para solucionarlo en pocos días.

PÉRDIDA DEL GUSTO: Es frecuente que se produzca pérdida de gusto o aparición de sabor metálico, por efecto de la radiación sobre las papilas gustativas. **Generalmente tras finalizar el tratamiento, se recupera el sabor de los alimentos.** Estas alteraciones pueden ocasionarle molestias o dificultad a la hora de comer y beber. Es importante que se notifique cuanto antes a su enfermera/o y al oncólogo radioterapeuta.

CONSULTA DE ENFERMERÍA.

Servicio de Oncología Radioterápica

Hospital Universitario Virgen de la Arrixaca. Planta: -2

Teléfono: 968 369502

Recuerde que tanto su médico como su enfermera/o están a su disposición por si tiene alguna duda.