

RECOMENDACIONES PARA TRATAMIENTOS DE RADIOTERAPIA EN MAMA

INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE

ESTE FOLLETO CONTIENE UNA SERIE DE RECOMENDACIONES GENERALES

- ✓ El uso de radiaciones ionizantes es una alternativa beneficiosa en el manejo de tumores de mama.
- ✓ De acuerdo a las dosis requeridas, pueden aparecer algunos efectos adversos (no deseados), los cuales serán explicados durante la consulta médica.



Es importante que asista a los **controles pautados**, donde el médico realizará el seguimiento, evaluará los posibles síntomas que presente y le dará las indicaciones necesarias.

Los efectos adversos pueden ocurrir o no y son de carácter local y/o general.

Para disminuir los efectos locales sugerimos leer estas recomendaciones generales:



ACERCA DEL TRATAMIENTO

- El cáncer de mama es el tipo más común en las mujeres argentinas. La cirugía es el principal tratamiento, que suele ser complementada con la aplicación de Radioterapia (RT), disminuyendo la probabilidad de que reaparezca la enfermedad.

- La RT consiste en la administración de radiación a la mama o a la pared torácica, y en ocasiones, a la axila y región supraclavicular.



✓ DERRIBANDO MITOS

- La RT es un tratamiento local / locoregional. No provoca caída del cabello, no ocasiona intolerancia digestiva (náuseas, vómitos o diarrea).
- La aplicación dura escasos minutos.
- Al salir de la sesión de rayos, no se experimenta ninguna sensación de malestar.
- Durante el tratamiento, se puede trabajar y realizar las rutinas habituales.
- Puede estar al aire libre, respetando los cuidados habituales y el uso de protector solar.
- La paciente no irradia. Puede continuar interactuando con las demás personas, como lo hace habitualmente.
- Se puede recibir medicación y/o vacunación en el brazo contralateral a la cirugía.



Durante el tratamiento, pueden llegar a aparecer alguno de los siguientes efectos:

- Irritación en la piel
- Edema de la mama
- Picazón en la zona de aplicación (prurito)
- Leve dolor en la mama

Pueden notarse cambios en cuanto a la disminución de la vitalidad y, algunas veces, cansancio e hipersomnía.

TODO LO EXPUESTO TIENE CARÁCTER TRANSITORIO.

Generalmente no requiere tratamiento, pero pueden considerarse algunas medidas.



A largo plazo, en algunos casos puede observarse:

- Leve disminución en el volumen mamario
- Cambio del color o grosor de la piel
- Cicatrices
- Edema de la mano / brazo



7 cuidados principales durante el tratamiento:

- No fumar.
- Descansar y “escuchar” el cuerpo. Alternar descanso con movimiento.
- Llevar una dieta equilibrada y beber mucho líquido.
- Cuidar muy bien la piel, de acuerdo a las recomendaciones para este tipo de tratamiento.
- No dudar en pedir ayuda. Consultar ante cualquier duda.
- Realizar los controles de seguimiento.
- Seguir los consejos médicos.



CUIDADOS DE LA PIEL



- Coloque dos a tres veces al día crema hidratante sobre la zona de tratamiento. El uso de cremas con la concentración adecuada de vitamina A no previene el riesgo de efectos adversos, pero tiene múltiples beneficios. La vitamina A o retinol penetra en la piel y ayuda a la regeneración celular y a la producción de colágeno y elastina cutánea, generando engrosamiento epidérmico. Sugerimos consultar con el radioncólogo acerca de cuál es la mejor crema para cada paciente y cómo utilizarla.
- Para su higiene personal, use jabones neutros sin perfume y agua tibia, evitando friccionarla con esponjas, cepillos corporales, etc.
- Seque la zona dando toques en lugar de frotar, teniendo especial cuidado con los pliegues debajo de la mama y axila.
- Use corpiño sin aro, preferentemente de algodón y holgado.
- Puede usar desodorantes antitranspirantes sin alcohol. Colóquelo antes de dormir o apenas se despierta.
- No aplique productos que no hayan sido recomendados por sus médicos.
- Si siente picazón, ardor o pinchazos en la zona, coloque crema hidratante con más frecuencia. Si no alivia, consulte con su médico.
- No aplicar exfoliantes, irritantes o productos que sequen la piel, como perfumes, lociones, maquillajes, productos con alcohol, talco, etc.
- Evite nadar en piletas con agua clorada, lagos, ríos, agua salada, etc.





✓ SI SIENTE CANSANCIO

- Si se siente bien, puede continuar con su trabajo y rutina. Converse con su médico acerca de la necesidad de trabajar menos horas o tomar una licencia.
- Programe sus actividades diarias y reserve las más importantes para los momentos en que se sienta con más energía.
- Programe pequeños descansos de 10-20 minutos durante el día.
- Si duerme siesta, es mejor limitarlas a 40-60 minutos, así no altera los ciclos de sueño.
- Por la noche intente dormir 8 horas corridas. Es posible que necesite más descanso nocturno.
- Hacer actividad recreativa acorde a su condición física actual puede ayudarle a tener más energía.

✓ RECOMENDACIONES GENERALES

- Una vez iniciado el tratamiento, no es conveniente interrumpirlo.
- Solo en situaciones muy puntuales, el especialista en radioterapia puede valorar hacer una interrupción, lo más breve posible.
- Si no se siente bien u otro médico ajeno al centro le recomienda interrumpirlo, por favor comuníquese con nosotros. Evaluaremos el caso para definir si es conveniente o no hacer una pausa.
- Usted NO emite radiación. Puede estar con bebés, embarazadas, niños pequeños y adultos sin problema.
- El manejo del estrés de un diagnóstico de cáncer mamario puede ser muy difícil. La ayuda del entorno y de los profesionales puede ser muy beneficiosa.
- Se programarán controles médicos periódicos. Esto permite un encuentro entre el médico y la paciente, donde resolver dudas, inquietudes, e ir observando el avance del tratamiento paso a paso.
- Si en alguna ocasión no concurrirá al tratamiento, por favor avísenos.



IMPORTANTE: cada paciente recibe un tratamiento personalizado que se adecúa a su diagnóstico y que ha sido diseñado para su caso en particular. Por lo tanto, la duración de los tratamientos varía en función de cada paciente.



NUESTROS CENTROS DE ATENCIÓN

CASA CENTRAL - ALMAGRO

Tte. Gral J. D. Perón 3931/3937

RECOLETA

BARRIO NORTE

ALMAGRO II

SAN JUSTO

LOMAS DE ZAMORA

AVELLANEDA

QUILMES

Para contactarse con nosotros:

 4958-1213

 +54 9 11 4166-5537

 info@mevaterapia.com.ar

www.mevaterapia.com.ar

