

RADIOTERAPIA EN CABEZA Y CUELLO

INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE

ESTE FOLLETO CONTIENE UNA SERIE DE RECOMENDACIONES ÚTILES QUE PUEDEN AYUDARLO A PREVENIR PROBLEMAS O LIMITAR LA APARICIÓN DE CIERTOS INCONVENIENTES DURANTE EL TRATAMIENTO.

- ✓ El uso de radiaciones ionizantes con criterio curativo es una alternativa beneficiosa en el manejo de tumores de cabeza y cuello.
- ✓ Puede ser utilizada como tratamiento exclusivo o asociada con otros tratamientos, como la quimioterapia o la cirugía.
- ✓ Las dosis requeridas son altas y por lo tanto, son esperables 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.





CUIDADO DE LOS DIENTES

Previo al inicio del tratamiento de Radioterapia, el médico lo derivará al odontólogo para la evaluación de sus piezas dentales. **Si su odontólogo le indica procedimientos invasivos, informe a su médico radioterapeuta.**

BENEFICIOS DEL CUIDADO DENTAL

Previene: las caries.

las enfermedades de las encías.

las infecciones de la mandíbula.

el dolor y otras molestias.

Evita un aliento maloliente.

Da una sensación agradable y limpia en la boca.



RECOMENDACIONES

- No consuma tabaco, no beba alcohol, y beba café menos de lo habitual.
- Mantenga la boca húmeda regularmente. De esta forma, los dientes están mejor protegidos contra los efectos de las bacterias, los productos ácidos y las partículas de los alimentos.
- Una boca seca es muy sensible a la caries dental. Puede reducir el riesgo, realizando una higiene oral cuidadosa, mediante el uso de un cepillo de dientes suave, de cabezal pequeño.
- Use una pasta de dientes o gel con flúor (una pequeña cantidad es suficiente).
- Cepillarse los dientes después de cada comida y antes de acostarse (incluso si no come, se recomienda el cepillado varias veces al día). Enjuague bien el cepillo de dientes después de usarlo con agua tibia y déjelo airear.
- Evite el uso de enjuagues bucales de venta libre (dado que contienen alcohol y pueden irritar aún más su boca). El uso de enjuagues bucales NO reemplaza el cepillado de los dientes.
- Consulte a su odontólogo si su cuidado bucal es difícil o doloroso.

SI USA PRÓTESIS DENTAL...

- Limpie la prótesis al menos una vez al día.
- Enjuague su prótesis con agua corriente después de cada comida.
- Retire la prótesis varias horas al día para descansar las encías y las membranas mucosas. No use la prótesis por la noche ni tampoco con la boca dolorida.
- Mantenga su prótesis seca y límpiela antes de volver a utilizarla.
- Revise su prótesis dental a los seis meses de finalizado el tratamiento para comprobar que continua bien ajustada.

SI TIENE PROBLEMAS DENTALES DURANTE O DESPUÉS DEL TRATAMIENTO RADIANTE



Su médico le aconsejará que posponga cualquier procedimiento dental (implantes, extracciones) hasta después de la radiación. Si necesita atención dental más adelante, debe informar a su odontólogo que ha sido irradiado, incluso si han pasado muchos años desde el tratamiento.



PIEL

La piel en el área de tratamiento puede presentar, **enrojecimiento, picazón o descamación.**

✓ RECOMENDACIONES

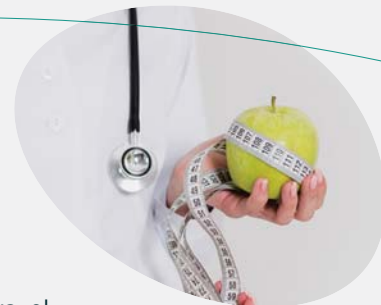
- Utilice la crema que le indique su médico radioterapeuta en la zona que se irradia al menos 3 veces al día (desde el primer día de su tratamiento).
- No se aplique crema en la piel durante 3 - 4 horas antes de su tratamiento de radioterapia.
- Dúchese con agua tibia/templada, usando jabón suave (evite jabones que tengan mucha fragancia o antibacteriales). Las duchas deben ser de corta duración. Séquese tocando suavemente. Hágalo sin arrastrar la piel. No frote la zona.
- En la piel irritada use solo las manos, no utilice esponjas.
- Rasúrese sólo con máquina eléctrica. No use lociones para antes ni después de afeitarse (estas contienen alcohol y le irritarán la piel en la zona irradiada).
- No use ropa apretada. Preferiblemente use ropa de algodón (algunas telas como acrílico, nylon o lana pueden ser irritantes). Son adecuadas las camisas/ remeras de cuello redondo, escotados si el área del cuello ha sido afectada.





NUTRICIÓN

Su médico lo derivará al servicio de nutrición.
Siga los consejos de su nutricionista.



Comer se dificulta cuando su boca está más sensible. Debido a la producción reducida de saliva, el sabor también puede cambiar y la deglución se hace más difícil. Sin embargo, es muy importante que consuma suficientes calorías y nutrientes (especialmente proteínas) y que beba abundante líquido.

Es muy importante mantener su peso mientras está en tratamiento. Coma 5 ó 6 veces al día.



✓ RECOMENDACIONES

- La comida suave y líquida es la más recomendable. Cortar, moler o procesar la comida con salsas, caldos o leche, puede hacer que todo sea un poco más húmedo, lo que facilitará la deglución.
- No consuma alimentos muy ácidos, salados, picantes o azucarados, ni alimentos con hierbas ásperas/afiladas enteras (romero, orégano, tomillo), porque puede irritar la boca o garganta.
- Tenga cuidado con platos demasiados calientes, déjelos enfriar a temperatura ambiente antes de ingerirlos. La comida fría o tibia generalmente funciona mejor que los platos calientes.
- A menudo, es más conveniente beber con la ayuda de un sorbete grueso, facilitando la succión.
- Evite las frutas cítricas como naranjas, pomelos, kiwi, limón o mandarina. Se recomienda enjuagar su boca con agua de manzanilla (prepare el té y déjelo enfriar), antes y después de comer, y con la frecuencia que usted desee. Esto ayudará a aliviar y disminuir la inflamación de las mucosas.
- Por lo general, se recomienda alimentos como leche, helado, banana, gelatinas, postres preparados con leche (flanes, etc), licuados, frutas maduras blandas o conservas de frutas y yogurt.
- Evite las bebidas con gas y el alcohol.
- Evite el uso de especias como pimienta, paprika, curry, chili, mostaza, etc.
- Para el gusto metálico en la boca, se sugiere un cepillado frecuente de sus dientes.



Si durante su tratamiento tiene alguna inquietud,
no dude en recurrir a cualquier miembro del
equipo, quien estará capacitado para la ayuda
específica que requiera.



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

