



Radioterapia de mama y pared costal

La Radioterapia no te hará emitir radiaciones. Puedes estar con otras personas sin peligro.

Tienes programado un tratamiento con Radioterapia.

La radioterapia de mama y pared costal es un tratamiento común en el cáncer de mama, especialmente después de una cirugía conservadora (tumorectomía) o mastectomía, y está diseñada para destruir las células cancerígenas restantes en la mama o en las zonas adyacentes, como la pared torácica.

La radioterapia en el cáncer de mama disminuye el riesgo de recidiva locoregional (zona de la mama y áreas ganglionares como la axila y la fosa supraclavicular).

Se acostumbra a empezar entre 4 y 6 semanas después de la cirugía, a veces más tarde si se realiza quimioterapia para evitar potenciar los efectos secundarios.

Escenarios de tratamiento:

- Después de una cirugía conservadora de la mama (tumorectomía).
- Después de una mastectomía ± linfadenectomía: Dependiendo del riesgo.
- En personas con metástasis (cuando las células cancerosas se desplazan a otras partes del cuerpo) la radioterapia ayuda a reducir su tamaño y, así, se pueden mejorar síntomas como el dolor.
- También se puede utilizar la radioterapia en algunos casos cuando no se puede realizar una cirugía.

CÓMO TENGO QUE VENIR PREPARADO/A EL DÍA DEL TRATAMIENTO

Aplicación del tratamiento

- **Posición en la camilla:** Te colocarán en una posición determinada como la del TC de simulación previa, que se mantendrá durante cada sesión de tratamiento de Radioterapia.
- **Inmovilidad y relajación:** Es crucial que permanezcas totalmente inmóvil durante el tratamiento, pero relajado. La respiración debe ser normal, tranquila y constante, intentando evitar toser.
- **Duración corta:** Las sesiones diarias duran solo unos minutos y no causan dolor ni sensaciones, más allá de los ruidos típicos del equipo de Radioterapia.
- **Control profesional:** Durante todo el tratamiento, los/as profesionales te vigilarán a través de un monitor y un sistema de megafonía para garantizar que todo vaya correctamente.
- **Controles periódicos:** El primer día y, quizás, en otros días, se llevarán a cabo controles adicionales, como radiografías o comprobaciones de medidas para asegurar la precisión del tratamiento.



QUÉ EFECTOS SECUNDARIOS PUEDO TENER

Los efectos secundarios pueden variar dependiendo de la dosis de radiación y de la duración del tratamiento, pero generalmente se manifiestan de forma progresiva a lo largo de las semanas de tratamiento.

Alteraciones de la piel:

- **Enrojecimiento e irritación de la piel:** Enrojecimiento, irritación e inflamación en la zona tratada similar a una quemadura solar y puede empeorar si no se cuida adecuadamente.
- **Edema y/o dolor de la zona irradiada:** Esto puede generar una sensación de tensión o dolor leve.
- **Picor o sequedad:** Puede aparecer una sensación de picor o sequedad en la piel tratada, especialmente en las zonas sensibles, como las axilas o ingles.
- **Tirantez:** Sensación tirante en la piel de la zona tratada.
- **Pigmentación:** La piel puede adquirir un tono más oscuro o desarrollar manchas.
- **Pérdida de cabello localizada:** Puedes perder cabello sólo en la zona irradiada.
- **Fibrosis y rigidez:** Después del tratamiento, en algunos casos puede aparecer fibrosis, una forma de cicatrización de los tejidos, que puede reducir la flexibilidad de la piel de la zona irradiada.

Alteraciones en la zona de la garganta:

- **Dificultad para tragar:** La irritación de la garganta o el esófago puede dificultar la deglución. Los alimentos y bebidas pueden ser dolorosos de consumir, y puede ser necesario adaptar la dieta a líquidos o alimentos blandos.
- **Dolor/Inflamación en la garganta i laringe (laringitis):** La radiación puede causar inflamación de la garganta, con dolor intenso, especialmente en la comida o hablar y una sensación de irritación constante en la garganta.
- **Cambios en la voz:** Si la radioterapia afecta a la laringe, puede aparecer ronquera o cambios en la voz. En algunos casos, puede ser difícil hablar, y la voz puede volver a la normalidad una vez terminado el tratamiento, pero en otros casos los cambios pueden persistir.

Cansancio (fatiga):

- La fatiga es un efecto secundario común en personas sometidas a Radioterapia, especialmente a medida que avanza el tratamiento. Esta sensación de cansancio puede durar algunas semanas después de acabar el tratamiento.
- Los efectos son temporales y desaparecerán después del tratamiento.



¿QUÉ TENGO QUE TENER EN CUENTA EN MI DOMICILIO?

Cuidados de la piel:

- **Higiene diaria:** Dúchate cada día con jabón neutro, lava la zona de tratamiento con las manos (sin esponja) y sécala con presiones suaves y sin fricción.
- **Hidratación:** Hidrátate la piel dos veces al día con poca cantidad y bien extendida, evitando las horas previas al tratamiento.
- **Evita productos irritantes:** No apliques colonias, esparadrapos ni productos con alcohol, y el desodorante no debe ser irritante. Lo puedes aplicar en otras zonas del cuerpo donde no se realiza el tratamiento de Radioterapia.
- **Depilación:** Evita afeitarte la zona irradiada. Si te tienes que depilar, es mejor que utilices una máquina eléctrica y apliques crema hidratante sin alcohol en lugar de loción de después del afeitado.
- **Ropa adecuada:** Utiliza ropa de fibras naturales como algodón o seda. Evita las fibras sintéticas que pueden irritar la piel.
- **Baños en la playa o piscina:** Consulta con el/la médico/a y/o enfermero/a de la consulta antes de bañarte.
- **Exposición al sol:** No expongas la zona tratada al sol.
- **Temperatura y rozamientos:** Evita aplicar frío o calor en la zona de tratamiento y no te rasques.

Alimentación:

- **Dieta equilibrada:** Debes mantener una dieta variada proteica.
- **Evita alimentos irritantes:** No consumas alimentos excesivamente condimentados, muy fríos o muy calientes, así como bebidas alcohólicas, con gas ni tabaco.
- **Alimentos blandos si tienes dificultades para tragar:** Opta por alimentos blandos o triturados. Utiliza salsas con los alimentos secos.
- **Hidratación:** Bebe muchos líquidos sin gas, como agua, caldos o zumos.
- **Come en pequeñas cantidades:** Come varias veces al día pequeñas cantidades en lugar de grandes comidas.
- **Alimentos nutritivos:** Procura mantener el peso y consume alimentos nutritivos para favorecer una recuperación más rápida.

Descanso:

- Evita esfuerzos físicos importantes y descansa cuando lo necesites.

RECORDATORIO

La Radioterapia no te hará emitir radiaciones. Puedes estar con otras personas sin peligro.

En caso de dudas, contacta con tu médico/a o enfermero/a de la consulta de Radioterapia.