



Radioterapia de cabeza y cuello

Tienes programado un tratamiento con Radioterapia.

La Radioterapia para la cabeza y el cuello se utiliza habitualmente para tratar tumores en estas zonas, como el cáncer de laringe, faringe, cavidad oral, nasofaringe, o también para tumores en las glándulas salivales o tiroides.

La radioterapia se orienta a las zonas afectadas por el tumor y a las áreas adyacentes para eliminar las células cancerosas y prevenir su propagación.

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

CÓMO TENGO QUE VENIR PREPARADO/A EL DÍA DEL TRATAMIENTO

Aplicación del tratamiento

- **Máscara termoplástica:** Se crea una máscara personalizada que se utiliza para mantener la cabeza y el cuello completamente inmóviles durante las sesiones. Esto garantiza que la radiación se aplica exactamente en la zona prevista.
Durante cada sesión, la máscara puede causar una sensación de opresión, que puede ser incómoda pero no impide la respiración.
- **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 hinchazón 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:** Se puede 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 bucales y dentales:

- **Mucositis:** La radiación puede causar inflamación y úlceras en las mucosas de la boca y la garganta, lo que hace que comer o hablar sea doloroso.
- **Xerostomía (boca seca):** Es muy común porque la radiación afecta a las glándulas salivales, reduciendo la producción de saliva. Esto puede afectar a la capacidad para hablar, comer y tragar.
- **Cambios en el gusto:** La radiación puede alterar el sentido del gusto, provocando que los alimentos tengan un sabor extraño o desagradable, o incluso pérdida temporal del gusto.

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.

En ocasiones hay que complementar la dieta con suplementos nutricionales y en casos extremos puede convenir poner una sonda para garantizar una buena nutrición.

- **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 acabado 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:** Hidrata 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 afeitarse 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 hay 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.