

¿Sabías que la mayoría de las personas que reciben radioterapia se sienten muy cansadas?

Trata de mantenerte activo(a). La mayoría de las personas se sienten mejor cuando hacen ejercicio todos los días. Algunas personas incluso duermen y comen mejor cuando hacen ejercicio.

Camina de 15 a 30 minutos cada día, puedes hacer un ejercicio o actividad que te guste.



Recomendaciones generales:

- Haz primero las actividades que sean más importantes para ti.
- Pide a tus familiares y amigos que te ayuden a preparar los alimentos, llevarte al médico o ayudarte de otras maneras.
- Aprende cuáles son tus límites. No ocupes tus días con demasiadas actividades.

 @clinicaimbanaco

www.imbanaco.com

Recomendaciones para pacientes que reciben tratamiento en la piel

Unidad de Oncología Radioterápica

- Horarios de atención: Lunes a Viernes: 7:00 a.m – 5:30 p.m
- Sede Principal: Carrera 38 Bis No. 5B2- 04 Cali, Colombia.
- Conmutadores: (602) 385 1000 / 382 1000 / 518 6000 Ext: 20402
- Médico Coordinador: Dra. Ilse Vásquez

Clínica **Imbanaco**
 Vocación de Servicio

Unidad de Oncología
Radioterápica

Unidad de Radioterapia / Piel

Recomendaciones para pacientes que reciben tratamiento en la piel



Síntomas que se esperan con el tratamiento:

- Irritación y rash (enrojecimiento en la piel).
- Hay personas que presentan prurito y descamación.
- Hiperpigmentación (oscurecimiento de la piel).



Recomendaciones para el manejo de los síntomas

- No es necesario que suspendas alimentos por la radioterapia, puedes continuar con tu alimentación habitual.
- Cúbrete del sol el área que está recibiendo el tratamiento.
- Cuando vengas al tratamiento debes traer la piel libre de cremas, talcos, lociones, pomadas y demás productos que se puedan aplicar sobre la piel, estas se deben aplicar para humectar la zona al salir de la radioterapia.

- Debes humectar la piel de 3 a 4 veces al día, esto es importante para facilitar la recuperación del tejido y evitar que se reseque.
- Utiliza agua y un jabón suave.
- Evita las temperaturas extremas al bañarte.
- Evita aplicarte cremas que contengan alcohol.
- Ten cuidado con la piel del área tratada, no uses adhesivos sobre ella, así como tampoco use agua caliente para lavar el área, ni crema depilatoria en la zona.