



Recomendaciones generales:

Haz primero las actividades que sean más importantes para ti.

Pide a tus familiares y amigos que te ayuden. Ellos pueden apoyarte con la preparación de las comidas, acompañarte al médico o ayudarte de otras formas.

Aprende a reconocer tus límites. No ocupes tus días con demasiadas actividades.

 @clinicaimbanaco

www.imbanaco.com

Seno

Recomendaciones para pacientes que reciben tratamiento en mediastino, tórax y pulmón.

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.: 8123
- Médica coordinadora: Dra. Ilse Vásquez

Clínica **Imbanaco** | Unidad de Oncología
Vocación de Servicio | Radioterápica

Unidad de Radioterapia

Seno - Recomendaciones para pacientes que reciben tratamiento en mediastino, tórax y pulmón.



Síntomas que se esperan con el tratamiento:

- Inicialmente hay enrojecimiento de la piel de la zona tratada, después se va oscureciendo más a diferencia del tono base de la piel.
- Hay personas que presentan prurito, que es un sarpullido y picazón constante sobre la piel.
- Hinchazón de la mama, esto se da porque la radiación produce retención de líquidos.
- Picazón, irritación del pezón y resequedad.
- Sensación de cansancio, es un síntoma que se presenta con regularidad en las pacientes que se irradian en mama. Esta sensación desaparece gradualmente uno o dos meses después de la radioterapia.



Recomendaciones para el manejo de los síntomas

No tienes que suspender alimentos por la radioterapia. Puedes continuar con tu alimentación habitual, te recomendamos que sea lo más equilibrada posible.

Debes cubrir del sol el área que te están irradiando, para este caso es necesario que te cubras la caja torácica.

Cuando vengas al tratamiento, el área que se va a intervenir, en este caso el seno y sus alrededores, debe estar libre de cremas, talcos, lociones, pomadas y demás productos que se pueden aplicar en la piel.



Consejos prácticos

Cuando vengas al tratamiento evita el uso de desodorante en la axila del seno irradiado, al salir de la terapia puedes ponerte desodorante. Hidrata tu piel de tres a cuatro veces al día, es importante hacerlo para facilitar la recuperación del tejido y evitar que se reseque. Evita usar brasier con varilla, te recomendamos usar un top preferiblemente de algodón. Hidrátate lo suficiente. Ingiere 8 vasos, aproximadamente, de líquido al día. Realiza una actividad aeróbica diaria, te recomendamos una caminata, esto te ayudará a combatir la sensación de cansancio. Si tu cuerpo te pide descanso, tomáelo. Al bañarte usa un jabón suave y evita las temperaturas extremas del agua. Si observas que la piel del seno irradiado se enrojece demasiado, por favor informa a la Unidad de Oncología Radioterápica para que sea atendido.

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

Trata de mantenerte activa (o). La mayoría de las personas se sienten mejor cuando hacen ejercicio todos los días, algunas personas duermen y comen mejor cuando hacen ejercicio.

Camina de 15 a 30 minutos al día. Practica un ejercicio o actividad que te guste.