



Superando los efectos secundarios de la Radioterapia en cabeza y cuello

Centro de Radioterapia y Radiocirugía Robótica
Hospital HIMA • San Pablo Oncológico





La radioterapia puede causar reacciones en la piel y en áreas cercanas que estén siendo tratadas. Como resultado, surgirán efectos secundarios durante el tratamiento que pueden causar interrupciones y atrasos en el tratamiento.

Es por ello que se prepara este folleto educativo para reforzar la educación del paciente que reciba radioterapia en cabeza y cuello.

De esta forma queremos ayudarle a manejar y reducir los efectos secundarios que se desarrollen durante su tratamiento.

¿CUÁLES SON LOS EFECTOS SECUNDARIOS DE LA RADIOTERAPIA?

Cambios en la piel:

- Acné (erupciones que parecen acné)
- Escaras (úlceras de presión)
- Ampollas
- Dolor o ardor en la piel
- Piel seca
- Hiperpigmentación (áreas de la piel más oscuras, la lengua y las articulaciones)
- Hipopigmentación (manchas de piel más claras)
- Picazón en la piel (prurito)
- Descamación, grietas o costras en la piel
- Fotosensibilidad (piel que se quema con el sol con facilidad)

- Sarpullido
- Irritación o enrojecimiento de la piel
- Llagas dolorosas
- Hinchazón en la piel

Los problemas en la boca y la garganta pueden ser:

- cambios de sabor o de olor
- sequedad de la boca
- infecciones y llagas en la boca
- dolor o hinchazón en la boca
- sensibilidad a los alimentos calientes o fríos
- problemas para tragar
- caries dentales

Los tratamientos del cáncer pueden causar problemas dentales, de boca y de garganta. La radioterapia que se administra a la cabeza y al cuello puede dañar las glándulas salivares y tejidos en la boca, o dificultar el masticado y el tragado de alimentos.





¿CÓMO PREVENIR LOS PROBLEMAS DE LA BOCA Y DE LA GARGANTA?

Su doctor o su enfermera pueden sugerirle que siga estas indicaciones:

- Hágase un examen dental antes de empezar el tratamiento. Antes de comenzar el tratamiento, visite a su dentista para hacerse una limpieza y un examen dental. Informe al dentista sobre su tratamiento de cáncer y trate de que le termine cualquier trabajo dental antes del tratamiento.
- Revise y limpie su boca a diario. Revise su boca cada día para ver si tiene llagas o manchas blancas. Informe a su doctor o a su enfermera tan pronto note algún cambio, como dolor o sensibilidad.
- Enjuague su boca durante el día con una solución de agua tibia, bicarbonato de sodio y sal.
- Pida a su enfermera que anote la receta del enjuague bucal que se recomienda para usted.
- Cepille sus dientes, encías y lengua con suavidad después de cada comida y antes de acostarse.
- Use un cepillo de dientes muy suave o hisopos de algodón.
- Si corre riesgo de sangrado, pregunte si debe usar hilo dental.

CONTROL DE EFECTOS SECUNDARIOS

Su equipo de atención de la salud puede sugerirle que tome estas medidas para controlar estos problemas:

BOCA O GARGANTA IRRITADAS

- Elija alimentos que sean suaves, húmedos y fáciles de tragar.
- Suavice los alimentos secos con diferentes tipos de salsas u otros líquidos.
- Use una licuadora para hacer batidas o mezclar sus alimentos para hacerlos más fáciles de tragar.
- Pregunte sobre analgésicos como pastillas o aerosoles que anestésien la boca y hagan que el comer sea menos doloroso.
- Evite alimentos y bebidas que puedan irritar la boca, tales como: alimentos que sean crujientes, salados, condimentados o azucarados; y bebidas alcohólicas.
- No fume cigarrillos ni use otros productos de tabaco.

SEQUEDAD EN LA BOCA

- Tome mucho líquido porque la boca seca puede aumentar el riesgo de caries e infecciones bucales. Tenga agua a la mano y beba sorbos con frecuencia para mantener la boca húmeda.
- Chupe cubitos de hielo o caramelos duros sin azúcar, coma postres helados, o mastique goma de mascar (chicle) sin azúcar.
- Use un bálsamo labial (lip balm).





- Pregunte sobre medicinas, como sustitutos de saliva, que pueden cubrir, proteger y humedecer la boca y la garganta.
- La acupuntura puede ayudar con la sequedad en la boca.

CAMBIOS EN EL SENTIDO DEL GUSTO

- Es posible que los alimentos parezcan no tener sabor, que tengan un sabor diferente al que solían tener o que no tengan demasiado sabor. La radioterapia puede causar un cambio en los sabores dulce, agrio, amargo y salado. Si tiene cambios del gusto, puede ayudarle si trata diferentes alimentos para encontrar el que sepa mejor. Probar alimentos fríos puede ayudarle.

Estas son algunas sugerencias más para tener en cuenta:

- Si la comida no tiene sabor, aderécela para mejorar su sabor o añádale especias.
- Si la carne roja tiene un sabor extraño, cambie a otros alimentos con alto contenido de proteínas como pollo, huevos, pescado, mantequilla de maní, pavo, frijoles, o productos lácteos.
- Si la comida sabe salada, amarga o ácida, trate de endulzarla.
- Si la comida tiene un sabor metálico, use utensilios de plástico y platos no metálicos.
- Si tiene un mal sabor en la boca, pruebe gotas de limón sin azúcar, chicle o mentas.



**LE EXHORTAMOS A
EDUCARSE SOBRE EL
CUIDADO DE SU PIEL
DURANTE LA RADIOTERAPIA.
PARA MAYOR INFORMACIÓN,
PUEDE LLAMAR A
EDUCACIÓN EN SALUD
DE HIMA SAN PABLO CAGUAS
(787) 653-3434, EXT. 1197**

Todos estos consejos tiene la intención de reducir los efectos secundarios causados por la radioterapia en cabeza y cuello.

Carmen J. Meléndez Lavandero, TR
Supervisora de Radioterapia

Material informativo tomado de Instituto Nacional de Cáncer
<https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/efectos-secundarios/boca-garganta>

Revisado por Educación en Salud HIMA • San Pablo Oncológico 2020

