

# La Radioterapia

Versión Enero 2022

## Información para Pacientes que Inician Tratamiento

### Apoyo Psicosocial para Manejo del Distress

Maribel Delgado Colón, MSW  
Coordinadora Cuidado Psicosocial  
Tel: (787) 653-3434 Ext. 1150

### Educación sobre el Tratamiento de Radioterapia

Maricarmen Ramírez-Solá, MPHE  
Educatora en Salud Pública  
Tel: (787) 653-3434 Ext. 1197

### Recomendaciones para la Nutrición durante la Radioterapia

Marielys Cartagena Estrella, LDN, RDN  
Nutricionista – Dietista  
Tel: (787) 653-3434 Ext. 1358

## INTRODUCCIÓN



Vista de: Acelerador Lineal  
Maquinaria que administra la Radioterapia Externa

El Hospital HIMA•San Pablo Oncológico, cuenta con servicios especializados para el cuidado de pacientes con cáncer. En nuestras facilidades localizadas en Caguas, contamos con áreas para realizar diagnóstico, estudios especializados, tratamientos de quimioterapia y radioterapia y hospitalización, entre otros.

Usted va a recibir tratamiento de radioterapia, entendiendo su médico, que es beneficioso para el manejo de su diagnóstico de cáncer.

Antes de conocer los detalles sobre la radioterapia, deseamos orientarlo sobre los servicios del Centro de Radioterapia y algunos beneficios; ésto con el propósito de promover una mejor adaptación al proceso.

**NUESTRO LEMA: ¡NADIE TE CUIDA COMO NOSOTROS!**

## AL LLEGAR A TRATAMIENTO

Le damos la bienvenida al Centro de Radioterapia del Hospital HIMA•San Pablo Oncológico: el mejor y más completo Centro de Cáncer en Puerto Rico y el Caribe. Le obsequiamos este periódico informativo para educarle sobre su proceso de tratamiento y su autocuidado.



Sra. Carmen Meléndez Lavandero, Supervisora de Tratamiento de Radioterapia, a la izquierda, con parte de su personal

Al llegar al Centro de Radioterapia todo paciente se anotará en la Estación de Registro para poder ser atendido. Debe indicar su nombre completo y su fecha de nacimiento.

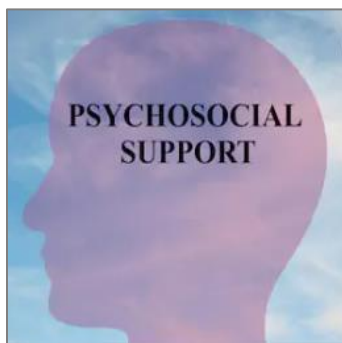
Será importante que notifique de inmediato al personal de Registro cualquier cambio en su seguro médico para que se pueda gestionar la autorización necesaria y evitar que el tratamiento se retrase y que se le asigne el pago del mismo.

## CUIDADO PSICOSOCIAL

El Centro de Radioterapia del Hospital HIMA•San Pablo Oncológico ofrece servicios centrados en el paciente. Esto quiere decir que consideramos al paciente como un ser total, con muchas otras necesidades, además de su tratamiento.

Conocemos que el cáncer es una condición que afecta el ámbito familiar, social, laboral y económico. Considerando esto, contamos con servicios de apoyo como Trabajo Social, Educación en Salud, Capellanía y Nutrición. No queremos que deje de recibir el tratamiento por alguna barrera que pueda ser eliminada con un poco de ayuda.

Para conocerlo mejor y conocer sus necesidades en este momento, necesitamos que complete un formulario denominado **Estimado de Distress**. El Distress se refiere a todos esos pensamientos de miedo, ansiedad y tristeza que se presentan normalmente cuando se están manejando condiciones crónicas de salud. Si estos sentimientos alcanzan un nivel alto, podrían llevarlo a sentirse incapaz de sobrellevar su tratamiento perjudicándose así su salud.



En este formulario se le solicita contestar considerando como usted se ha sentido en la última semana. Si usted en la última semana no ha experimentado los síntomas mencionados, debe contestar **No**. Si éstos síntomas están presentes, su respuesta debe ser **Si**. El personal de Cuidado Psicosocial revisará sus respuestas y se estará comunicando con usted, de ser necesario, para coordinar la ayuda.

## LA RADIOTERAPIA Y USTED

La radioterapia es un tratamiento médico que conlleva aplicar rayos X de alta intensidad para destruir células cancerosas. Es un tratamiento ambulatorio, que no duele y que se dirige al área que desea tratarse.

La radioterapia destruye las células cancerosas porque detiene el proceso de división y maduración celular. Este tratamiento puede curar, detener o demorar el avance del cáncer, y puede ayudar a reducir los síntomas de la condición.

La radioterapia se administra con una máquina llamada **Acelerador Lineal**. En muchos casos se usa junto con otros tratamientos tales como la cirugía y la quimioterapia. Los pasos para recibir el tratamiento son los siguientes:

### 1. CONSULTA

La persona a recibir tratamiento llegará al Centro de Radioterapia para una consulta con un referido de su médico (oncólogo, urólogo o internista). Se reunirá con el Radioncólogo que es el especialista que revisará su historial médico y le hará recomendaciones de tratamiento.

Una vez le ha recomendado radioterapia le ordenará una Tomografía Computarizada o CT. Este estudio permite obtener imágenes del área del cuerpo que recibirá radiación. Con las imágenes se desarrollará su plan individual de tratamiento.

## 2. PLANIFICACIÓN DEL TRATAMIENTO

La planificación del tratamiento la llevan a cabo los Radioncólogos. Esta planificación toma varios días y se lleva a cabo para tratar correctamente el área del tumor y proteger de radiación otras áreas del cuerpo. El plan de tratamiento incluirá las medidas del área a tratar y la dosis de radiación que se administrará.



En la planificación de tratamiento,  
Dr. Carlos Chévere Mouríño (de pie), Dr. Isaa D. Fitian,  
Dr. José Santana Rabell

## 3. SIMULACIÓN

Este es el paso durante el cual su equipo médico simulará y revisará el plan de tratamiento. Durante la simulación, un Tecnólogo de Radioterapia le colocará en la posición en la cual recibirá tratamiento. Para posicionarle, podrá usar aditamentos especiales como *breast board* (o tabla de pecho) y *aquaplast mask* (o máscara de tratamiento).

Estos aditamentos se usarán durante las sesiones de tratamiento para que el cuerpo siempre quede acomodado en la misma posición.

Durante la simulación se marcará el área de tratamiento. Las marcas deben permanecer visibles durante todo el tratamiento. Algunas serán permanentes y otras podrán eliminarse cuando termine la radioterapia.

Una simulación puede tomar alrededor de 45 minutos. Cuando complete la misma se le informará la fecha y hora de comenzar el tratamiento.

## 4. TRATAMIENTO

Usted recibirá una sesión de tratamiento diario, de lunes a viernes, a la hora de su cita. Semanalmente, su Radioncólogo le verá para examinarlo y discutir con usted cualquier efecto secundario y la mejor forma de manejarlo. Una vez comenzado

el tratamiento será su responsabilidad anotarse en el área de enfermería del Centro de Radioterapia para ver al médico un día a la semana.

### CUIDADO DE LA PIEL DURANTE EL TRATAMIENTO

- Antes de bañarse, revise que la temperatura del agua no esté muy fría ni muy caliente.
- Utilice jabón de castilla para bañarse.
- Seque la piel tratada con toques suaves, no la friccion.
- Evite usar perfume y desodorante en el área tratada.
- No aplique cremas ni ungüentos en la piel tratada sin la autorización del Radioncólogo.
- Evite el uso de ropa ajustada sobre la piel tratada.
- Use ropa interior suave o de algodón si se trata con radioterapia el seno, la cervix, el colon.
- Evite exposición de la piel tratada al sol ya que con el tratamiento la piel estará más sensible a quemaduras.
- Tome agua regularmente para mantener la piel bien hidratada.



### OTROS PUNTOS IMPORTANTES

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Llegue a tiempo a las sesiones de radioterapia y <b>NO falte a sus citas.</b></li> <li>• Trate de comer al menos una hora antes del tratamiento en lugar de llegar con el estómago vacío.</li> <li>• Use ropa cómoda y venga abrigado.</li> <li>• Traiga algo para leer y mantenerse relajado.</li> <li>• Aclare sus dudas con el personal médico.</li> <li>• Edúquese sobre su diagnóstico.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informe si presenta efectos secundarios.</li> <li>• Conozca la cantidad de sesiones de tratamiento que va a recibir.</li> <li>• Conozca el nombre completo, los días de oficina y el teléfono de su Radioncólogo.</li> <li>• Organice y mantenga un archivo médico personal.</li> <li>• Practique medidas de prevención contra el COVID-19 y otras enfermedades contagiosas.</li> </ul> |
|--|--|

## RECOMENDACIONES NUTRICIONALES DURANTE LA RADIOTERAPIA

- Evite alimentos muy condimentados, grasosos, picantes y ácidos (**según tolere**).
- Limite los alimentos muy azucarados. Utilice productos con no más de 7 gramos de azúcar por porción. Evite productos que contengan *High Fructose Corn Syrup*.
- Tome chocolate, café y té **según tolere**.
- Haga al menos sus tres comidas principales, siempre.
- Tenga accesibles meriendas saludables. Haga meriendas cada 2-3 horas luego de las comidas, como por ejemplo; frutas en puré, frutas envasadas en plástico o cristal, palitos de queso, semillas sin sal, galletas bajas en azúcar, barritas de meriendas.
- Evite alimentos enlatados.
- Evite el consumo de alcohol y NO fume.
- En todas sus comidas, consuma alimentos que contengan proteínas, como por ejemplo: huevos, quesos, jamón no ahumado, semillas sin sal, granos, carnes rojas magras (no más de dos veces a la semana), pollo, pavo, pescados *Wild-Caught* frescos o congelados (no tilapia).
- Limite o NO utilice alimentos ahumados ni procesados.



- Incluya vegetales y frutas todos los días. Durante el tratamiento escoja las frutas y los vegetales de la siguiente manera:
  - Frutas y vegetales congelados
  - Frutas y vegetales envasados en plástico o cristal
  - Frutas y vegetales frescos
- Tome **AGUA**. Haga del agua su bebida preferida. Tomar alrededor de 8 vasos de agua al día le provee al cuerpo la hidratación necesaria para funcionar.
- Si es posible, **HAGA EJERCICIO**. Pregunte a su Radioncólogo si puede realizar actividad física según su condición y tratamiento.

### MANEJO SEGURO DE ALIMENTOS

- |  |   |
|--|---|
| • Lave bien las frutas, vegetales y viandas frescas con agua y cepillo designado para ese uso. Hágalo sobre un escurridor. | • Cocine los alimentos completamente. No consuma alimentos crudos o semi-crudos durante el tratamiento como huevo, carnes, sushi. |
| • Lávese bien las manos para proteger su sistema inmune.   | • No almacene alimentos en la nevera por más de dos días.   |