

Preguntas Comunes

1. ¿Qué es la terapia de radiación para el cáncer del pecho?
2. ¿Podré disfrutar mis actividades regulares durante el tratamiento?
3. ¿Sentiré muchos efectos secundarios?

¿Qué Es La Terapia De Radiación Para El Cáncer Del Pecho?

La Terapia de Radiación es un tratamiento para el cáncer que usa rayos-X de alta energía para matar las células de cáncer. (La terapia de radiación a veces la llaman irradiación o radioterapia.) Para estos tratamientos, una máquina llamada acelerador lineal se usa para entregar los rayos-X de alta energía a una parte específica de su cuerpo, tal como el pecho o la pared torácica. Usualmente, pacientes reciben terapia de radiación en base de “venir e ir.” Esto significa que usted viene al hospital y luego se va a su casa cada día para recibir sus tratamientos.

¿Qué Son Algunas Cosas Que Yo Puedo Esperar En El Centro Médico De California Pacific?

- Usted se reunirá con un médico especialista llamado Oncólogo de Radiación. El Oncólogo de Radiación ve a pacientes que pueden recibir terapia de radiación para el tratamiento de cáncer. (Esto incluye a las pacientes que son referidas por su doctor o a las que se refieren ellas mismas al Departamento de Radiación de Oncología en el Centro Médico de California Pacific.)
- El Oncólogo de Radiación revisará su historia médica con usted, tomando en consideración su pronóstico, los efectos secundarios relacionados al tratamiento y los beneficios de la terapia de radiación. **Juntos, ustedes decidirán sobre un curso de tratamiento basado en las recomendaciones que ustedes han discutido.**

continua

- Los miembros del hospital trabajarán de cerca con usted para posicionarla cuidadosamente durante su tratamiento de radiación. Esto asegurará un tratamiento exacto para su pecho y también estará disminuyendo los efectos hacia otras áreas que están alrededor tales como el pulmón, el corazón o el brazo.
- Nosotros colocaremos líneas de tinta temporales y unas pocas marcas permanentes del tamaño de la punta de un alfiler sobre su piel. Debido a que estas líneas son marcadas sobre su piel con un lapicero que marca con tinta durable que puede manchar la ropa, por favor vístase adecuadamente.
- Durante la terapia de radiación al pecho, usted puede sentir algunos efectos secundarios leves a moderados. **En general, los efectos secundarios varían de un individuo a otro.** Los miembros del hospital trabajarán de cerca con usted para disminuir estos efectos secundarios. Asegúrese de avisarle a su doctor o enfermera si usted está sintiendo algún efecto secundario.

¿Cuáles Son Algunos De Los Efectos Secundarios Que Yo Sentiré?

Cansancio

El cansancio asociado con la terapia de radiación para el pecho o la pared torácica es usualmente leve. Mucha gente siente cansancio hacia el final del tratamiento. El cansancio puede continuar hasta que el cuerpo se recupere, algún tiempo después que usted haya terminado su terapia de radiación. El sentir cansancio significa sentirse cansada en todo el cuerpo o sentirse con sueño. Usted puede tener dificultad concentrándose o sentir como si sus piernas fueran muy pesadas cuando usted camina. Algunas razones comunes por sentir el cansancio incluyen los viajes a diario al centro médico para el tratamiento, la energía adicional que su cuerpo necesita para ayudar a curarse, cómo se siente antes de que usted empieza el tratamiento y si usted recibió quimioterapia.

Cosas que usted puede hacer para ayudarle a tolerar el cansancio incluyen:

- ❖ Duerma 6-8 horas al día y tome siestas cuando las necesite.
- ❖ Camine diariamente por 30 minutos o haga ejercicio si su nivel de energía le permite.
- ❖ Mida sus actividades a pasos. Haga los quehaceres más importantes durante las horas del día en las cuales usted se siente mejor.
- ❖ Tome por lo menos 8 vasos de líquidos hidratantes al día, tales como el agua, el jugo de fruta diluido, la soda no cafeinada.
- ❖ Coma una dieta bien balanceada (calorías adecuadas y altas en proteína).
- ❖ Hable con otros sobre cómo se está sintiendo; únase a un grupo de apoyo; reúnase con amigos; hable con su compañero, esposo o un amigo cercano.

continua

La Reacción de la Piel

Usted puede sentir un poco de rojez leve en la piel, como una quemadura de sol o una requemadura de sol, dentro de la área de tratamiento. Una apariencia parecida al salpullido de la piel es típica. Este salpullido puede ponerse fácilmente irritado o hacerle sentir picazón. Es importante no rascarse la piel, porque puede causar que el salpullido se disperse y se ponga peor. También, usted puede notar un ampollamiento húmedo en la piel, el cual puede ocurrir cerca del final del tratamiento. Las reacciones de la piel usualmente ocurren a medio camino en el curso de su tratamiento y usualmente se curan dentro de 4-6 semanas después de que el tratamiento se haya completado. Asegúrese de aplicar la loción recomendada por los miembros del hospital sobre su piel por lo menos 2 veces al día. Suavemente aplique la loción a la área entera de tratamiento, desde debajo de su brazo hasta el hueso del pecho. NOTE: Por favor no le aplique loción a la área de tratamiento 2 horas antes de su cita de tratamiento.

La terapia de radiación para el pecho causará una pérdida de pelo en la área dentro del campo de tratamiento, tal como debajo del brazo. Asegúrese de discutir cualquier cambio de piel que usted pueda tener con su doctor y enfermera. Juntos, ellos van a monitorear su piel cuidadosamente y pueden aconsejarla si tratamiento adicional es necesario.

Aquí hay algunas cosas que usted puede hacer para su piel:

- ❖ Usted puede lavarse con un jabón suave y agua tibia. No se restrigüe. Para secarse su piel, séquese con palmaditas. **Sea delicada con su piel en la área de tratamiento.** También, usted puede usar el ciclo frío de una secadora de pelo para secarse su piel antes de aplicar la loción.
- ❖ Suavemente aplique la loción sobre su piel por lo menos dos veces al día.
- ❖ Vístase con ropa que le queda floja sobre la área de tratamiento. Trate de usar un brazier flojo, una camiseta de algodón o vistiéndose con una camiseta de algodón debajo de su brazier.
- ❖ Evite ponerse una prótesis durante el tratamiento porque le puede irritar su piel.
- ❖ No use brazieres con ballena o cualquier tipo de ropa que pudiera arañar o irritar el pecho o la pared torácica.
- ❖ Use solamente una rasuradora eléctrica si la piel debajo de su brazo esta incluida en la área de tratamiento.
- ❖ Evite usar desodorantes que contienen metal o aluminio. Use un desodorante natural, como el desodorante Tom's, para absorber olores.

Cambios/Hinchazón del Pecho

Usted puede notar un poco de hinchazón en su pecho después de pocos tratamientos. También, usted puede notar una hinchazón gradual en el brazo afectado. Usualmente, esto se debe a la acumulación de flúido dentro de los tejidos del pecho y puede tomar algunos meses para que desaparezcan. A veces usted puede sentir un poco de incomodidad leve asociada con la hinchazón. Asegúrese de avisarle a su doctor o enfermera si usted siente alguna hinchazón. Los ejercicios de Movimiento-de-alcance (“Range-of-motion”) son recomendados. Es importante continuar los ejercicios de estirar su brazo para mantener la flexibilidad de su brazo. **Evite cargar cosas pesadas y traumas para el brazo afectado.**

continua

Dolor en la Garganta/Dificultad Tragando

A veces, pacientes recibiendo terapia de radiación en la área del cuello pueden tener dolor en la garganta después de varias semanas en tratamiento. Esto puede persistir hasta 1-2 semanas después del cumplimiento de su terapia.

Nutrición

Estar comiendo una dieta bien balanceada ayuda a mantener su fuerza y energía, ayuda a que su cuerpo se recupere y previene la pérdida de peso. Manteniendo su peso es recomendado. Asegúrese de comer comidas pequeñas y frecuentes. Coma una dieta con calorías adecuadas y comidas altas en proteína. Coma una dieta con bastantes frutas y verduras. Y si usted está teniendo dificultad manteniendo su peso, por favor pídale sugerencias a su enfermera.

Sexualidad

El efecto secundario más común de la terapia de radiación en el pecho es un cambio en la imagen que usted tiene de su cuerpo. Usted puede sentir una falta de confianza en la forma en que se ve y en sentirse atractiva. Usted puede sentir una necesidad más grande para ser abrazada y confortada durante este tiempo. Es muy importante que usted comunique sus sentimientos. Sin embargo, usted puede tener dificultad hablando sobre estos sentimientos abiertamente. Si usted está teniendo dificultad, por favor pídale a su doctor o enfermera, quienes están disponibles para ofrecerle información adicional y apoyo en cualquier momento durante su tratamiento.

Exámenes Propios del Pecho

Llevar a cabo exámenes propios del pecho es una parte importante de su cuidado continuo. Su doctor y enfermera le pueden ayudar a aprender a examinar sus pechos. Fuertemente recomendamos que usted esté familiarizada haciendo exámenes propios del pecho durante el curso del tratamiento, porque usted puede notar cambios en cómo sus pechos se sienten después de la cirugía o mientras usted está recibiendo terapia de radiación.

Más Maneras Para Aprender Sobre Su Salud:

- **Por favor asegúrese de preguntarle a los miembros del hospital sobre los recursos especiales de aprendizaje para pacientes con cáncer en el Centro Médico de California Pacific.**
- **Lea el folleto de Krame's Comprendiendo el Cáncer del Pecho (“Understanding Breast Cancer”). Su enfermera le puede dar este libro si usted se lo pide.**
- El Departamento de Rehabilitación ofrece un servicio para la Terapia de Linfedema: Una referencia de un médico es requerida. Llame al 415-923-3395 para más información.
- **Únase a un Grupo de Apoyo en el Centro de Salud para el Pecho (“Breast Health Center”). Para más información llame al: 415-750-6420.**
- El Centro de Recursos para la Salud de Mujeres (“Women’s Health Resource Center”) ofrece **Maquillajes GRATIS para Mujeres con Cáncer.** Llame al 415-600-0500 para más información.
- **El Instituto para la Salud y Sanidad (“Institute for Health & Healing”) ofrece terapia de masaje para pacientes internos. Llame al 415-923-3939.**

continua

- Vaya a “www.cpmc.org/Learning About Your Health/Learning Resources.” Seleccione (“click”) “Info Sheet & Handouts,” “breast health,” e imprima la hoja de información sobre el examen propio del pecho.
- Pregúntele a su enfermera por una copia de: **Sanidad: Una Guía para una Mujer sobre la Lumpectomía y la Terapia de Radiación (“Healing: A Woman’s Guide to Lumpectomy and Radiation Therapy”)** para más información sobre ejercicios que usted puede hacer y maneras para tener fuerza para dar abasto con la terapia del cáncer.
- Establezca una cita para reunirse con una enfermera profesional para recibir una instrucción individualizada sobre el examen propio del pecho. Llame al Centro de Salud para el Pecho (“Breast Health Center”) al 415-750-6420.
- Las referencias para la Clínica de Salud Mental (“Mental Health Clinic”) están disponibles para nuestros pacientes. Para más información, por favor hable con su médico o enfermera sobre este servicio.

Respuestas a las Preguntas Comunes

1. ¿Qué es la terapia de radiación? La terapia de radiación para el cáncer del pecho es un tratamiento que usa rayos-X de alta energía para matar las células de cáncer.
2. ¿Podré disfrutar actividades regulares? Sí, pero puede sentir efectos secundarios leves hasta moderados a causa del tratamiento, incluyendo el cansancio.
3. ¿Sentiré muchos efectos secundarios? Los efectos secundarios varían de persona a persona. Por favor hable con su doctor o enfermera si usted está sintiendo algún efecto secundario del tratamiento.

Hoja de Bienvenida: Recibiendo Terapia de Radiación para el Cáncer del Pecho 08/02

Traducción hecha por Raquel S. Rebres. Corregida por Patricia Vargas y Aprobada por el Departamento de Relaciones de Pacientes 08/02.

Departamento de Radiación de Oncología

Título del Documento: “Hoja de Bienvenida: Recibiendo Terapia de Radiación para el Cáncer del Pecho”

Escrito por: Nancy Ruiz, RN, Daniel Cohen, R. Abendroth, MD, M. Roundsaville, MD. Contribuidores: Los Miembros del Hospital, El Departamento de Radiación de Oncología, Rosalind Benedet, RN, NP. 6/05/02.

Producido por: La Iniciativa de Educación para la Salud de California Pacific: Camenga, RN, Paolini, RN, Salamone, Kofsky, Binger, RN, EdD, Smith.

Fundado por: Una donación generosa de parte de la Fundación del Sr. y la Sra. Arthur A. Ciocca.

Note: La información proveída en este material se propone a proveer a sus lectores información correcta y oportuna. No tiene la intención de sustituir la información y el consejo médico personal, el cual usted necesita obtener directamente de sus doctores. Si usted tiene alguna pregunta adicional relacionada al tratamiento o a los riesgos y beneficios del tratamiento mencionado en este trabajo, por favor dirija estas preguntas a sus doctores.