

INSTRUCCIONES PARA RADIACIÓN DE SENOS Y PARED TORÁXICA

Cuidado de la piel

SÍ

- Radiación de senos: use sostenes suaves de algodón (sin alambres) para disminuir la irritación. Como opción, si está en su casa, quítese el sostén y recuéstese con el brazo afectado en alto, si es posible, para mantener seco el pliegue bajo su seno y axila.
- Lave el área tratada diariamente usando un jabón suave, libre de fragancia e hidratante; por ej., Dove® – Sensitive Skin. Sea cuidadosa al lavar el área tratada y seque dando toquitos.
- Use un desodorante suave durante la radiación, como:
 - Crystal®
 - Tom’s of Maine®
 - Se puede usar maicena para la humedad.
- Humecte la piel tres veces al día, con humectantes como:
 - Aveeno® alivio de la piel /Aveeno Alivio intenso
 - Calendula® en crema o gel
 - Lubriderm® tratamiento para piel sensible
 - Aquaphor®
 - Aloe 100% puro, sin alcohol añadido.
- Use protector solar con al menos SPF 60 de protección en el área tratada hasta por seis meses DESPUÉS de completado el tratamiento.

NO

- Se afeite, ni use depiladores o cera bajo el brazo, en el lado que se está tratando.
- Exponga la piel del área tratada al calor o al frío. Evite la luz solar directa.
- Use perfume, o cualquier otro producto que contenga alcohol en el área tratada.
- Use desodorante “de grado clínico” ya que puede ser demasiado agresivo.
- Aplique desodorante o humectantes menos de 4 horas antes del tratamiento. Los humectantes NO deben contener lanolina.
- Use talcos ya que pueden crear un ambiente propicio para infecciones fúngicas.
- Verá a su oncólogo de radioterapia cada semana y puede hacerle las preguntas que tenga en ese momento.

Dieta y ejercicio

- Siga una dieta bien balanceada con proteínas. No tiene restricciones alimentarias.
- Sí puede tomar multivitamínicos. NO tome vitamina C, E o beta caroteno adicional durante la radiación.
- Manténgase hidratada. Limite todas las otras bebidas que contengan cafeína. Evite el alcohol.
- Se ha demostrado que el ejercicio suave como caminar o nadar disminuye la fatiga que algunos pacientes pueden sentir durante el tratamiento.
- Hacer estiramientos antes y después de la radiación ayudara a evitar la rigidez muscular que a veces ocurre. Si no le han enseñado qué estiramientos hacer, por favor pregunte a su médico o personal de enfermería.



IN PURSUIT OF YOUR CURE.™