

INSTRUCCIONES PARA RADIACIÓN DEL CEREBRO

SÍ	NO
<p>Manejo de la fatiga</p> <ul style="list-style-type: none">• Tome siestas cortas durante el día.• Haga actividades que son importantes para usted y hágalas en los momentos en que tenga más energía.³• Pida ayuda con los recados cuando la necesite.• Intente hacer ejercicio ligero ya que puede darle más energía y puede ayudarlo a sentirse mejor. <p>Cuidado del cabello</p> <ul style="list-style-type: none">• Use un cepillo con cerdas suaves o un peine con dientes anchos para reducir el estrés sobre el tallo del pelo.³• Lávese el cabello cuidadosamente con un champú suave una o dos veces por semana usando agua templada.• Aplíquese protector solar con un SPF de 15 o más en la cara y use un sombrero.³• Use una cobertura cómoda en la cabeza para proteger el cuero cabelludo del sol, viento o frío como una bufanda, sombrero y/o gorra.³• Aplíquese crema Aloe™ o Eucerin™ en el lugar del tratamiento después del tratamiento y antes de irse a dormir. <p>Náuseas y vómitos</p> <ul style="list-style-type: none">• Tome la medicación contra las náuseas recetada por su proveedor.• Haga comidas pequeñas y frecuentes durante el día en vez de comidas copiosas.• Tome mucha agua y líquidos para mantenerse hidratado. Intente dar sorbos de líquidos como agua, ginger ale, té y/o bebidas deportivas durante el día.• Pida ayuda a otros para la preparación de comidas si tiene sensibilidad a los olores.• <u>Separe los sólidos de los líquidos, para reducir el volumen en su estómago.</u>• <u>Prefiera alimentos fríos o a temperatura ambiente, para reducir los olores desagradables.</u>	<p>Manejo de la fatiga</p> <ul style="list-style-type: none">• No maneje hasta que su proveedor de salud se lo autorice.• No tome siestas largas durante el día ya que pueden afectar su capacidad para dormir en la noche.• No consuma alcohol ni productos que contengan alcohol.³• No programe demasiadas cosas durante el día sin hacer pausas. <p>Cuidado del cabello</p> <ul style="list-style-type: none">• No use secadores de pelo en entornos de aire caliente (en ambientes fríos está bien), planchas para el pelo, o productos como gel o horquillas para el pelo que puedan dañar su cuero cabelludo.³• No aplique tinturas de cabello ni tratamientos de permanente a su cabello durante la radiación.³• No aplique protector solar al cuero cabelludo.³ <p>Náuseas y vómitos</p> <ul style="list-style-type: none">• No coma alimentos grasos, picantes, fritos o dulces ya que pueden sentarle mal al estómago.• <u>No coma alimentos de olor fuerte ya que pueden provocar náuseas.</u> <p>Cuidado de los ojos</p> <ul style="list-style-type: none">• Si la radiación es al ojo, no use lentes de contacto durante la terapia de radiación ya que pueden causar infecciones serias al ojo.¹



INSTRUCCIONES PARA RADIACIÓN DEL CEREBRO

SÍ	NO
<p>Cuidado de los ojos</p> <ul style="list-style-type: none">• Hidrate sus ojos con lágrimas artificiales libres de conservantes que se pueden comprar sin receta.• Use compresas tibias a la hora de acostarse para disminuir la inflamación en la superficie del párpado.• Use lentes de sol o gafas para proteger los ojos del viento o de las partículas aéreas en los días ventosos. <p>Convulsiones</p> <ul style="list-style-type: none">• Pida a amigos y familiares que aprendan a manejar las convulsiones.• Dígales a sus familiares o amigos que llamen al 911 si una convulsión dura más de 5 minutos, si tiene varias convulsiones seguidas o si no recupera la conciencia cuando se detiene la convulsión.• Disfrute sus actividades normales.• Tómese los medicamentos exactamente según se los recetaron.• Use una pulsera de alerta médica para alertar a otros sobre su condición.	<p>Convulsiones</p> <ul style="list-style-type: none">• No realice actividades peligrosas, como escalar montañas o buceo.²• No maneje maquinaria pesada ni conduzca vehículos hasta que su proveedor de salud se lo autorice.²• No use ningún medicamento sin hablar primero con su proveedor de salud.²• No nade solo ni participe en actividades similares si no hay personas a su alrededor.²

REFERENCIAS

- Rigg, J. (2012, November 02). Protecting Your Eyes during Cancer Treatment. Recuperado de MD Anderson CancerCenter: <https://www.mdanderson.org/publications/cancerwise/protecting-your-eyes-during-cancer-treatment.h00-158755479.html>
- The StayWell Company, LLC. (2019). Recuperado de Krames On Demand: <https://www.kramesondemand.com/Browse.aspx>
- Watkins Bruner, D., Haas, M. L., & Gosselin-Acomb, T. K. (2005). Manual for Radiation Oncology Nursing Practice and Education, Third Edition. Pittsburgh: Oncology Nursing Society.

