



## Radioterapia en cabeza y cuello

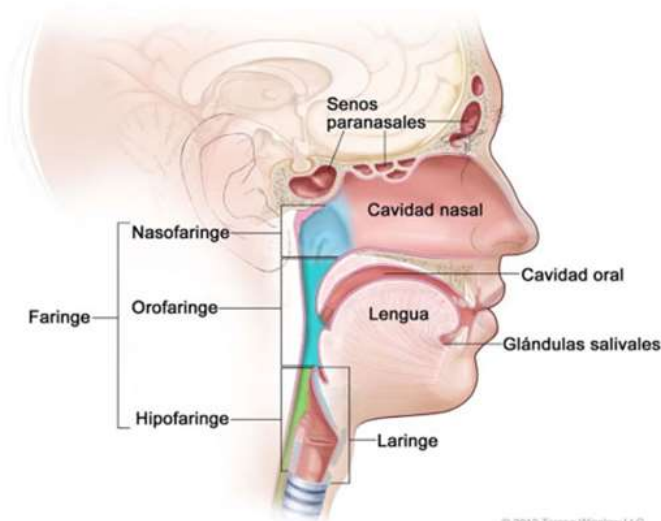
El principal objetivo de esta información es que usted y su familia conozcan en qué consiste el tratamiento de radioterapia y los posibles efectos secundarios que puede presentar al recibir el tratamiento de terapia en cabeza y cuello.

Es importante que usted conozca sobre los posibles eventos adversos que pueden sufrir durante el tratamiento, sin que obligatoriamente estos lleguen a presentarse.

Se debe tener en cuenta que cada persona reacciona diferente a los tratamientos con Radioterapia y que la intensidad de los eventos adversos va a depender de la dosis, la zona irradiada, así como el estado general del paciente.

Este documento pretende educarle y contribuir de forma positiva en su calidad de vida.

Regiones en el cáncer de cabeza y de cuello



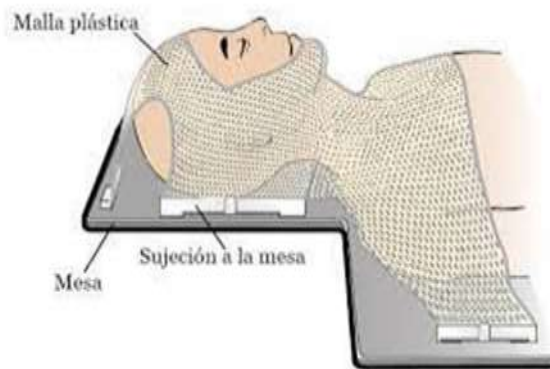
© 2012 Teresa Winlow LLC  
U.S. Govt. has certain rights

### ¿Qué es la Radioterapia?

Es una forma de tratamiento en el que se utilizan radiaciones ionizantes con el fin de disminuir o destruir las células tumorales, esto depende del estado de la enfermedad y de la reacción con el organismo.



Se aplica y radiando directamente la zona donde está el tumor y en los ganglios linfáticos a las zonas donde el tumor puede migrar. Para evitar el movimiento de los hombros y la cabeza, vamos a utilizar una máscara termoplástica personalizada a su anatomía.



El tiempo de cada sesión diaria puede rondar los 10 a 15 minutos donde es importante su cooperación en no movilizarse sobre la camilla entre este intervalo de tiempo.

Los efectos secundarios esperados se clasifican en agudos y crónicos.

#### **Efectos secundarios agudos:**

Generales: cansancio, malestar general, pérdida del apetito y del peso.

Efectos sobre la piel: enrojecimiento, picazón, agrietamiento, descamación de la piel, caída del cabello en la zona por donde ingresan los haces en radiación, esta caída del cabello puede ser temporal y en muy raras ocasiones es permanente.



Mucositis: irritación de la mucosa de cavidad oral y garganta, puede aparecer entre la segunda y la tercera semana del tratamiento, puede tener dificultad para tragar, dolor e incluso presentar infecciones.

Alteración en la producción de saliva y pérdida del gusto: la producción de saliva disminuye y se torna cada vez más espesa conforme avanza su tratamiento terapia en cabeza y cuello, esto es secundario a los procesos inflamatorios sobre las glándulas salivales, que este síntoma llamado xerostomía, inicia con las dos a tres primeras dosis. La sensación de saliva espesa puede ser un daño permanente.

#### **Efectos secundarios crónicos o tardíos:**

Estas molestias pueden aparecer después de tres meses o perdurar desde el fin del tratamiento con radioterapia.

Sequedad de la boca (xerostomía): va a depender de la cantidad de glándulas salivales irradiadas durante el tratamiento.

Sensación de descargas eléctricas con la flexión del cuello: esta molestia puede extenderse hasta los brazos, tronco y piernas, es debido a la inflamación de la médula espinal y desaparece de forma espontánea, en los casos donde la intensidad de la molestia altera la calidad de vida de la persona, utilizamos medicamentos para desinflamar la médula.

Inflamación del cuello profundo: se manifiesta por un endurecimiento del cuello o la papada, y cuando se presente podría ser un síntoma permanente.

Recomendaciones.

- No consuma alimentos condimentados, picantes, ácidos, azucarados y de textura áspera.
- Seleccione comidas con buen sabor y fáciles de masticar como: cereales, puré de papa y huevos revueltos, de preferencia durante el tratamiento mantenga una dieta blanda o líquida.
- Procure mantener y aumentar la frecuencia de su alimentación con la intención de que no pierda peso durante el tratamiento.
- Mantenga la boca húmeda, está ingiriendo agua constantemente.
- La temperatura de los alimentos debe ser tibia o temperatura ambiente.

- El aseo de la boca debe realizarlo con un cepillo de cerdas suaves, procure utilizar pasta dental medicada y enjuagues orales medicados sin alcohol.
- En la piel debe evitar rascarse, no utilice desodorantes, perfumes, cremas o cualquier otro producto no recomendado por su oncólogo radioterápico.
- Para el momento de la ducha utilice abundante agua, seque bien la zona con una toalla suave a modo de palmadas sin frotar la piel.
- Utilice ropa suave que no tenga contacto con la piel irritada. No utilice prendas que presionen la piel que está en tratamiento.
- Si necesita rasurarse, hágalo preferiblemente con rasuradora eléctrica.
- Debe proteger la piel que está recibiendo radioterapia del sol y de cambios bruscos de temperatura, una vez finalizado el tratamiento procure no exponerse al sol directamente, además; es recomendable que use filtro solar una vez que finalice todo el tratamiento con radioterapia.
- Procure evitar el levantamiento de cargas pesadas.
- No aplique esparadrapo o adhesivos sobre la piel que está recibiendo radioterapia, el uso de estos productos podría ulcerar la piel.
- Mantenga estricto apego a las recomendaciones de su nutricionista.
- Es importante que no pierda peso durante el tratamiento con radioterapia.

### **Alimentos recomendados**

Proteicos.

Carnes blancas, pollo o pescado, con salsa jugosas, salsa blanca con mayonesa, huevos a su gusto, pastas, canelones, lasaña y gelatinas.

Lácteos.

Yogurt, leche, flan, natilla, queso fresco, helados, batidos, chocolates, atol.

Frutas y verduras.

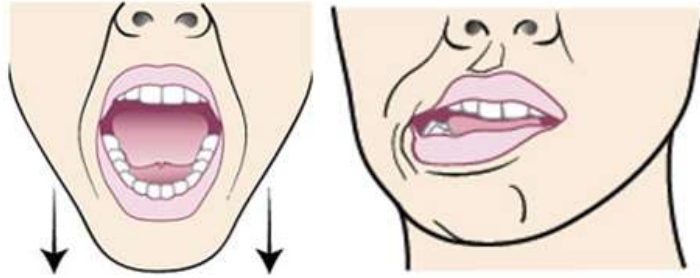
Cocidas en crema y puré, frutas ácidas, maduras, colado, manzana, melocotón, sandía y pera.

Cuidados físicos.

En algunas ocasiones puede aparecer rigidez en los músculos de la cara como dificultad para abrir la boca, cuello y movimientos los brazos que pueden provocar dolor, limitar los movimientos y alterar sus actividades cotidianas. Por ello le recomendamos que realicen los siguientes ejercicios.



### Ejercicios de mandíbula.

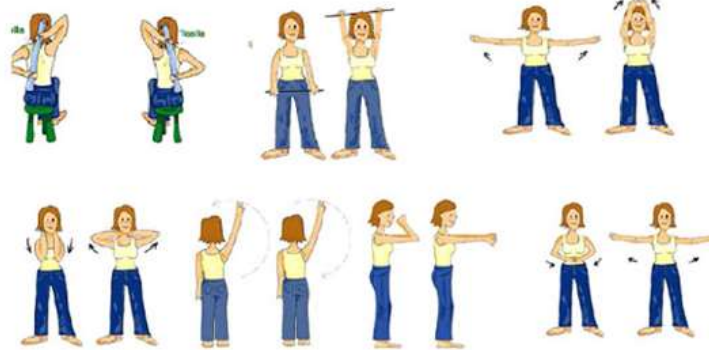


### Ejercicios de vocalización.

Frente a un espejo vocalice de forma exagerada las vocales de la a “a” la “u” en repetidas ocasiones.

Ejercicios de hombro y espalda.

#### Ejercicios de hombro y espalda.



#### Ejercicios de cabeza y cuello

