

Educación durante el tratamiento para pacientes con cáncer de cabeza y cuello

Efectos Secundarios

Los efectos secundarios pueden aparecer gradualmente entre 1 y 3 semanas después del inicio del tratamiento y mejorarán lentamente una vez finalizado. La inflamación y el dolor pueden seguir apareciendo tras finalizar el tratamiento durante varias semanas. Los pacientes pueden experimentar distintos efectos secundarios en función de la zona tratada. La fatiga es bastante común durante el tratamiento, pero debería ser tolerable. Los cambios en la boca pueden incluir dolor en la boca y garganta, sequedad de la boca, flema espesa, cambios en el sabor y dolor al tragar. Los cambios cutáneos pueden parecerse a una quemadura solar grave, con enrojecimiento, descamación y aumento de la pigmentación. Los posibles cambios nasales pueden incluir resequedad, congestión y/o pequeñas hemorragias nasales ocasionales si estamos tratando sus senos paranasales. Puede aparecer dolor de oído debido a la inflamación.

Por favor, debe compartir sus preocupaciones o cualquier pregunta que tenga sobre su tratamiento con su médico, enfermera o radioterapeuta. Tendrá visitas programadas durante el tratamiento con su médico y enfermera de oncología radioterápica al menos una vez a la semana para repasar cualquier duda y controlar los efectos secundarios.

Cuidado de la Piel

Báñese y dúchese a diario con agua tibia y un jabón suave sin perfume, como Dove[®], Purpose[®] o jabón para bebés. **NO** utilice toallitas, estropajos ni cepillos al bañarse. Al secarse, debe hacerlo con palmaditas en la piel con una toalla suave o deje que se seque al aire. **NO** se afeite ni se aplique lociones para antes o después del afeitado en la zona tratada o cerca de ella. **NO** use maquillaje en la zona tratada.

Aconsejamos a los pacientes que empiecen a usar Aquaphor[®], Vaseline[®] o 100% sábila al principio del tratamiento. Cualquier producto que se use en la zona de tratamiento no debe aplicarse menos de 4 horas antes del tratamiento. Si le pica la piel, **NO** se rasque y comuníquese a su oncólogo radioterapeuta y a su enfermera. Para minimizar la

irritación de la piel, lleve ropa holgada de algodón. Proteja su piel de la exposición al sol aplicándose protector solar, usando sombreros o cubriéndose la piel con ropa. Evite broncearse o quemarse la piel durante y después del tratamiento. Evite temperaturas extremas en la zona tratada, por ejemplo:

- Jacuzzis
- Botellas de agua
- Almohadillas eléctricas
- Compresas de hielo

NO use productos con alcohol, incluyendo compresas con alcohol, sobre la piel de la zona tratada. La natación sólo está permitida si no tiene ninguna reacción cutánea durante el tratamiento o si la piscina está tratada con cloro. Enjuáguese el cloro inmediatamente después de salir de la piscina.

Controlar el dolor de boca y garganta

La irritación de la boca y la garganta puede dificultar el proceso de tragar la comida y el mantenimiento de una nutrición adecuada. Seguiremos de cerca su peso. En algunos casos, puede ser necesaria la inserción de una sonda de alimentación para ayudarle a conseguirlo. Su equipo de tratamiento le recomendará y/o prescribirá enjuagues bucales orales y/o analgésicos para tratar las úlceras bucales, que pueden ser especialmente útiles antes de las comidas y a la hora de acostarse. Coma alimentos blandos y suaves que sean fáciles de masticar y tragar. Disponemos de dietistas para ayudarle, así que dígame a su enfermera si desea reunirse con ellos.

Resequedad de boca y garganta

Coma y beba con frecuencia para mantener la humedad en la boca. Puede ser útil llevar agua encima a lo largo del día. Biotene®, un producto de venta libre, puede utilizarse para combatir la sequedad bucal en diversas formas, como pasta dentífrica, enjuague bucal, pastillas y spray de viaje. Otro producto de venta libre, XyliMelts®, es útil para la sequedad bucal durante el sueño. También puedes utilizar un humidificador de vapor frío por la noche mientras duermes. Con la boca excesivamente seca, se pueden formar caries, así que manténgase hidratado.

Cuidado Bucal

Tenga especial cuidado con los dientes y la boca mientras esté recibiendo radioterapia. Es preferible utilizar un cepillo de dientes con cerdas suaves y una pasta dentífrica suave, como Biotene®. Si la pasta de dientes empieza a quemarle la boca, pruebe a utilizar pasta de dientes para niños. En caso de dolor o sensibilidad en la boca o los dientes, use una esponja o paño suave para limpiarlos. Use hilo dental sin cera para limpiar los dientes. En el caso de dentaduras parciales o completas, considere la posibilidad de ponérselas sólo mientras come. **NO** use enjuagues bucales que contengan alcohol. Si se lo ha recetado su dentista, use bandejas de flúor a diario.

Flemas espesas

La mucosidad espesa puede combatirse con Robitussin® o Mucinex®, ambos medicamentos de venta libre. Puede comprar productos de otras marcas, pero asegúrese de que la guaifenesina sea el ingrediente principal. Tome estos medicamentos de acuerdo con la etiqueta de la caja. También puede utilizar enjuagues de sal y bicarbonato de sodio para ayudar a romper el moco espeso.

Enjuagues bucales de sal y bicarbonato de sodio

Le recomendamos que use enjuagues de sal y bicarbonato de sodio para mantener la boca limpia. Durante la radioterapia, es probable que contraiga una infección fúngica llamada candidiasis bucal, que puede ser dolorosa. Para hacer el enjuague de sal y bicarbonato e instrucciones de uso:

- Disuelva ½ cucharadita de sal y ½ cucharadita de bicarbonato de sodio en 32 onzas de agua tibia
- Haga buches con la solución y luego escupa; también puede hacer gárgaras con la mezcla si le duele la garganta
- Enjuáguese de 6-8 veces al día
- *Consejo útil:* Mantenga un litro de enjuague en el cuarto de baño y enjuáguese cada vez que vaya al baño

Fatiga

Siga manteniéndose activo durante la radioterapia. Se recomiendan niveles moderados de ejercicio, como dar un paseo diario y mantener una buena nutrición

Evitar los irritantes

NO fume, mastique tabaco ni beba alcohol. Los alimentos cítricos, picantes, salados, ásperos y secos pueden aumentar el dolor de boca y garganta.

Uso de Vitaminas

Si está tomando algún suplemento vitamínico, consulte al equipo médico, ya que algunos no se recomiendan durante el tratamiento. Entre ellos se incluyen los antioxidantes, como la vitamina B, la vitamina C y la vitamina E.

Póngase en contacto con su enfermera o médico inmediatamente por:

- Imposibilidad de seguir su dieta habitual.
- Zonas de la piel enrojecidas, hinchadas o sensibles al tacto
- Temperatura igual o superior a 100.5° F
- Escalofríos
- Llame al 911 si experimenta una hemorragia incontrolada, dificultad para respirar o cualquier emergencia que ponga en peligro su vida.

Citas de Seguimiento

Se programará una visita de seguimiento con su oncólogo radioterapeuta en un plazo de 4 semanas después de su último tratamiento, pero puede depender del médico.

Para ponerse en contacto con nosotros:

Llame a la clínica al 214-645-8525, o para cuestiones no urgentes, por favor utilice MyChart permitiendo al menos 24 horas en días laborables para una respuesta. Si se trata de una emergencia fuera del horario de atención, puede hablar con un equipo de turno. En el caso de emergencias, por favor diríjase a la Sala de Emergencias más cercana. Si es posible, por favor venga a UT Southwestern o al Departamento de Emergencia de Parkland para la continuidad de la atención en caso de que necesite ser admitido en el hospital.