

Educación del paciente

Cuidado de la piel durante y después del tratamiento de radiación para el cáncer de mama

El tratamiento con radiación causa efectos secundarios en la piel que son similares a los causados por el daño solar. Los efectos secundarios comunes incluyen sequedad, enrojecimiento leve o bronceado, luego enrojecimiento o bronceado notable y, a veces, ampollas.

Aunque cada paciente es diferente, los efectos secundarios generalmente ocurren alrededor de la 2ª o 3ª semana de tratamiento. Los efectos secundarios generalmente no están relacionados con su tendencia a las quemaduras solares. La siguiente información le ayudará a cuidar su piel. Siga estas instrucciones, a menos que su médico le indique lo contrario.

Cuidado general de la piel

- Comience una rutina de cuidado de la piel que su médico recomiende o apruebe.
- Aquaphor®, Lubriderm®, Eucerin® o Miaderm® a menudo se recomienda a los pacientes para el cuidado general de la piel. Aplique el producto en las áreas de tratamiento **después de la radiación**. Evite usar productos cerca de sus líneas de marcado y adhesivos. Es importante **no** tener cremas espesas en la piel en el momento del tratamiento.
- La crema de hidrocortisona sin receta puede ayudar a aliviar el enrojecimiento y la picazón.
- Si su piel se vuelve sensible, su equipo puede darle apósitos medicados no adherentes para colocar sobre las áreas afectadas. Un miembro de su equipo médico le mostrará cómo aplicarlos.
- Use jabones sin fragancia con cremas hidratantes (como Dove®).
- Ayude a prevenir la irritación de la piel evitando la ropa ajustada o los sostenes con alambre, especialmente una vez que comienza a tener síntomas.

Si estas sugerencias no alivian los síntomas, su equipo médico le mencionará alternativas durante su visita semanal al médico.

Líneas de marcado para el tratamiento

- Se trazarán líneas de tratamiento en su piel para asegurarse de que la radiación se dirija a la misma área durante cada tratamiento. La tinta de marcado manchará, por lo que es posible que desee usar ropa vieja o ropa entre las marcas y por encima su buena ropa. Las marcas pueden ser redibujadas por el terapeuta si se desvanecen. Cuando use productos para el cuidado de la piel, tenga cuidado de no frotar las líneas.
- Al ducharse, deje que el agua corra sobre las líneas de tratamiento, evite el agua caliente y el fregado.

Contacto piel con piel

- La piel que toca la piel puede ocurrir:
 - ¿Fueron nuestros brazos presionados contra la axila y el lado del seno?
 - A lo largo de la parte inferior de su seno, donde toca su abdomen.
 - Entre ambos senos.
- Para evitar el contacto piel con piel:
 - Trate de evitar que su brazo toque el cuerpo siempre que sea posible.
 - Use ropa con mangas en lugar de ropa sin mangas.
 - Use un sostén resistente sin un cable inferior que mantenga sus senos separados y levantados.
 - Para mujeres de pecho grande: Cuando no esté usando un sostén, coloque un paño suave o un trozo de algodón suave o franela debajo de su seno. Su equipo médico puede darle apósitos no adherentes para ayudar con esto.
- Desempolvar el área de los senos y el interior de los pliegues de la piel con almidón de maíz ayuda a reducir el roce de la piel. Aplíquelo con un pincel de maquillaje limpio o ponga un poco de maicena en un solo nylon hasta la rodilla o calcetín delgado y anuda en la parte superior. Golpee suavemente el calcetín contra la piel para desempolvar la superficie. Si su médico recomienda usar cremas, aplíquelas primero, luego espolvoree el área con la maicena.

Después del tratamiento

Después de completar el tratamiento de radiación, la piel que ha estado expuesta a la radiación puede ser más sensible al sol que antes del cáncer. Puede salir al sol, pero continúe protegiendo su piel. Siga las pautas a continuación.

- Use un bloqueador solar con una clasificación SPF 30 o superior en el área tratada. El SPF 30 absorbe aproximadamente el 97% de los rayos ardientes del sol, mientras que el SPF 45 absorbe aproximadamente el 98%. Ningún protector solar o SPF lo protegerá completamente del sol.
- Aplique el bloqueador solar 30 minutos antes de salir al sol.
- Una vez que esté al aire libre, vuelva a aplicar protector solar cada dos horas o más a menudo si está nadando o sudando.
- La piel tratada siempre estará más seca de lo que era antes. Después de que sus síntomas hayan mejorado, hidrate todos los días con la crema hidratante de su elección. Esto ayudará a reducir las líneas de bronceados permanentes.