

## TRATAMIENTO DE RADIOTERAPIA EN ABDOMEN

La mayoría de los síntomas que aparecen en el abdomen, son debidos a la acción de la radioterapia sobre el estómago y el intestino. Si usted está recibiendo tratamiento en el estómago o en una parte del abdomen puede sentir molestias estomacales, náuseas, inflamación o diarrea. Consulte en el servicio de radioterapia o con su médico para que le ayude a solucionar estas molestias. Entre las más frecuentes están:

### **Diarrea:**

Es el efecto secundario más frecuente entre las personas que reciben radioterapia sobre el abdomen y la pelvis; la intensidad de los efectos secundarios es muy variable de un paciente a otro independiente de la extensión de intestino incluido en el área de tratamiento y de la susceptibilidad individual. Suele aparecer durante la segunda semana de tratamiento y desaparece al finalizar la radioterapia.

En algunas ocasiones, puede ser necesaria la administración de fármacos antidiarreicos (siempre bajo prescripción médica).

### Autocuidado:

- Cuando la diarrea está comenzando, suspenda la leche de magnesia y en caso de estreñimiento reinicie nuevamente.
- Intente incrementar la ingesta de líquidos bajos en calorías (suero oral, agua, te, jugo de manzana y durazno, consomé y gelatinas).
- Trate de comer alimentos con poca fibra en pequeñas cantidades como el arroz, banano, compotas de manzana, puré de papa.
- Asegúrese de consumir alimentos ricos en potasio como el banano, papas, durazno, leche de soya, aguacate, sandía y espinacas.
- Evite la leche de vaca y sus derivados, estos irritan su intestino.
- Sustituya el papel higiénico por enjuagues con agua a temperatura ambiente en el área pública y rectal.

### **Náuseas y vómitos:**

Estos síntomas pueden aparecer cuando la radioterapia se administra en la zona del estómago, siendo infrecuente cuando el tratamiento es en otras localizaciones. Las náuseas y el vómito mejoran con tratamiento médico antiemético (siempre bajo prescripción médica), medicación que reduce la sensación nauseosa y vómito y suelen desaparecer al finalizar el tratamiento.

### Autocuidado

- Intente ocuparse un poco antes del tratamiento. Lea un libro, escriba cartas o haga crucigramas en la sala de espera para que le ayuden a relajarse.

- Cíñase a la dieta que le haya recomendado su doctor o nutricionista.
- Aliméntese comiendo en pequeñas cantidades varias veces al día.
- Trate de comer y tomar líquidos lentamente.
- Evite alimentos condimentados, ricos en grasa y salados.
- Beba líquidos fríos entre comidas.
- Para un severo malestar estomacal, intente con bebidas suaves (caldos y jugos) o comidas blandas fáciles de digerir con los purés, gelatinas y compotas.

### **Pérdida del apetito y de peso:**

Puede ser una consecuencia de las náuseas, vómitos o la diarrea. En caso de que aparezcan algunos de estos síntomas, consulte con el médico de radioterapia.

### Autocuidado

- Coma poca cantidad en un mayor número de veces (5 o 6 veces al día).
- Tome alimentos que le gusten en el momento que le apetezcan, sin esperar a la hora de la comida.
- Elija alimentos ricos en carbohidratos (pan, arroz, pasta), son la base de la alimentación y le proporcionan energía.

**La planeación nutricional es una parte muy importante durante la radioterapia en el estómago y abdomen. No olvide que todos estos problemas se reducirán cuando su tratamiento haya concluido.**

***“Mantenga una buena comunicación con el personal del servicio, así podrá aclarar dudas y recibir recomendaciones para lograr el éxito en su tratamiento”***