



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Información sobre la radioterapia por intensidad modulada (IMRT) en la próstata

Esta información le ayudará a prepararse para la IMRT en la próstata que recibirá en MSK. Se explica qué esperar. También se explica cómo cuidarse antes, durante y después de su radioterapia.

Este recurso contiene mucha información. Diferentes secciones pueden ser útiles en distintos momentos. Le sugerimos que lea este recurso completo una vez antes de comenzar la radioterapia para que sepa qué esperar. Luego, consúltelo durante su radioterapia.

La información en este recurso es general. Su radioterapia será diseñada especialmente para usted. Algunas partes de su tratamiento pueden ser diferentes de lo que se describe aquí. Su equipo de radioterapia hablará con usted sobre qué esperar.

Información sobre la radioterapia

La radioterapia utiliza radiación de alta energía para tratar el cáncer. Su función consiste en dañar esas células y en dificultarles que se multipliquen. Entonces, el cuerpo puede deshacerse naturalmente de las células cancerosas dañadas. La radioterapia también afecta las células normales, pero estas pueden repararse a sí mismas de una manera que las células cancerosas no pueden.

Antes de su primera radioterapia, se le realizará un procedimiento de

planeación para su tratamiento llamado simulación. Durante su simulación, sus radioterapeutas tomarán imágenes y marcarán su piel con pequeños puntos de tatuaje. Esto se hace para:

- Mapear el sitio de tratamiento.
- Asegurarnos de que reciba la dosis (cantidad) correcta de radiación.
- Limitar la cantidad de radiación que llega a los tejidos cercanos sanos.

¿Qué es la IMRT?

La IMRT es un tipo de radioterapia de haz externo dirigida.

Durante la radiación de haz externo, una máquina apuntará haces de radiación directamente al tumor. Los haces atravesarán su cuerpo y dañarán las células cancerosas en su camino. Usted no verá ni sentirá la radiación.

La radioterapia tarda un tiempo en ejercer su efecto. Lleva días o semanas de tratamiento antes de que las células cancerosas comiencen a morir. Estas células siguen muriendo durante semanas o meses después de la radioterapia.

¿Qué significa “intensidad modulada”?

Intensidad modulada significa que la intensidad de los haces de radiación puede cambiar durante los tratamientos.

La máquina de radiación se moverá alrededor del cuerpo durante sus tratamientos. Esto le permite dirigir los haces de radiación al tumor desde muchos ángulos. Además, la máquina puede cambiar la forma del haz durante sus tratamientos. Esto cambia la intensidad del haz para que el médico pueda dirigirse al tumor y evitar el tejido sano.

Información sobre la terapia hormonal con radiación

Es posible que reciba solo radioterapia o en combinación con la terapia hormonal. Su médico podría recomendarle terapia hormonal según el estadio del cáncer.

El objetivo de la terapia hormonal es reducir el tamaño de la próstata y detener el crecimiento del cáncer. Esto ayuda a que los tratamientos de radiación funcionen mejor. Para obtener más información, lea *Terapia hormonal durante la radioterapia de próstata* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/hormonal-therapy-people-prostate-cancer).

Su función en el equipo de radioterapia

Su equipo de radioterapia colaborará para cuidar de usted. Usted forma parte de ese equipo y su función consiste en:

- Llegar a sus citas a tiempo.
- Hacer preguntas y expresar las inquietudes que tenga.
- Informarnos cuando tenga efectos secundarios.
- Informarnos si siente dolor.
- Cuidarse en casa mediante lo siguiente:
 - Dejar de fumar, si es que tiene el hábito. MSK cuenta con especialistas que le pueden ayudar. Para obtener más información sobre nuestro [Programa de Tratamiento del Tabaquismo](#), llame al 212-610-0507. También puede pedirle información sobre el programa al enfermero.
 - Beber líquidos siguiendo nuestras instrucciones.
 - Comer o evitar los alimentos y bebidas que sugerimos.
 - Tomar sus medicamentos para la preparación intestinal según nuestras instrucciones.
 - Mantener el mismo peso.

Qué ocurre antes de la IMRT en la próstata

Colocación de los marcadores de referencia

Antes de comenzar con la IMRT, le colocarán 3 marcadores de referencia en la próstata. Los marcadores de referencia son objetos diminutos hechos de

oro. Permiten que en un examen de tomografía computarizada (CT) se identifiquen la próstata y el tumor.

Su equipo de atención del Servicio de Urología le colocará los marcadores de referencia en la próstata. Este procedimiento se hará al menos 5 días antes de su cita de simulación.

Un enfermero le llamará para revisar el procedimiento con usted. También recibirá el recurso *Información sobre la colocación del marcador de referencia en la próstata* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/about-your-prostate-fiducial-marker-placement). Contiene más información sobre el procedimiento.

Bancos de esperma

Durante la radioterapia, los testículos estarán expuestos a la radiación. Esto puede afectar la producción de esperma y la capacidad de tener hijos biológicos después de la radioterapia. Si cree que puede querer tener hijos biológicos, le recomendamos que almacene su esperma antes de comenzar el tratamiento.

Para obtener más información, lea *Bancos de esperma* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/sperm-banking) y *El crecimiento de la familia después del tratamiento contra el cáncer: información para personas nacidas con testículos* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles).

Preparación intestinal

Deberá eliminar el exceso de heces (caca) de su cuerpo para sus tratamientos de simulación y radiación. A esto se le llama preparación intestinal. La preparación intestinal ayuda a reducir el riesgo de tener efectos secundarios.

Cómo la preparación intestinal reduce el riesgo de tener efectos secundarios

Los intestinos son el intestino delgado, el intestino grueso (colon) y el recto.

El recto es donde se almacenan las heces antes de salir del cuerpo.

Los intestinos aumentan o disminuyen de tamaño dependiendo de lo llenos que estén. Cuando cambian de tamaño, también mueven el tejido y los órganos que los rodean, incluidas la próstata y la vejiga.

La preparación intestinal vacía los intestinos. Ayuda a que el tumor y los tejidos sanos cercanos estén en el mismo lugar para la simulación y los tratamientos. Esto ayuda a mantener los tejidos sanos a salvo de un exceso de radiación y reduce el riesgo de efectos secundarios.

Artículos de preparación intestinal

Necesitará los siguientes materiales:

- Suplemento de fibra soluble de methylcellulose, como Citrucel® en polvo.
- Comprimidos de simethicone de 125 miligramos (mg), como Gas-X® Extra Strength.
- Un enema salino, como el enema salino Fleet®.

Puede comprarlos en una farmacia de su localidad sin receta.

Instrucciones para la preparación intestinal

Es muy importante que siga las instrucciones de la preparación intestinal. Si el intestino no está vacío antes de la simulación y los tratamientos, es posible que necesite un enema adicional. También puede demorar su simulación o tratamiento.

Un integrante de su equipo de radioterapia le dirá exactamente cuándo comenzar la preparación intestinal. Comenzará al menos 3 días antes de su cita de simulación.

- Tome 1 cucharada de methylcellulose en polvo todos los días. Disuélvalo en líquido siguiendo las instrucciones del paquete.
- Tome 2 comprimidos (125 mg) de simethicone la noche antes de sus citas de simulación y tratamiento.
- Tome 2 comprimidos (125 mg) de simethicone 2 horas antes de sus citas

de simulación y tratamiento.

- Use un enema salino 3 horas antes de su cita de simulación.

Siga tomando el polvo de methylcellulose todos los días hasta que termine su radioterapia.

Si su equipo de atención le da instrucciones diferentes, siga esas instrucciones.

Pautas alimentarias para reducir la hinchazón

Durante la radioterapia, es posible que retenga gases o fluidos en los intestinos y esto le cause hinchazón. Cuando sus intestinos están hinchados, pueden expandirse al área de tratamiento y quedar expuestos a la radiación. Esto puede causar efectos secundarios o agravar los que ya tenga.

Siga las pautas que están a continuación para disminuir el riesgo de hinchazón durante la radioterapia. Lo mejor es empezar 2 o 3 días antes de su simulación y continuar hasta que haya finalizado la radioterapia.

- Mastique bien la comida,
- Limite o evite comidas que liberen gases al digerirse, como pueden ser:
 - Espárragos
 - Cerveza
 - Brócoli
 - Col de Bruselas
 - Repollo
 - Coliflor
 - Maíz
 - Frijoles secos, arvejas y otras legumbres
 - Ajo
 - Puerro
 - Leche y otros productos lácteos con lactosa (si tiene intolerancia a la lactosa)
 - Cebolla
 - Ciruelas
- Evite las bebidas gasificadas, como los refrescos y el agua con gas.

- Limite o evite los alcoholes de azúcar, como el xilitol, sorbitol y manitol. Los alimentos sin azúcar suelen tener alcoholes de azúcar. Si no está seguro, consulte la lista de ingredientes en la etiqueta de datos nutricionales del alimento.
- Elija verduras cocidas por sobre las crudas.
- Según sus síntomas, puede que su proveedor de cuidados de la salud le indique comer más o menos fibra. Siga las instrucciones que reciba de su proveedor.

Si está hinchado o tiene gases, mantener un diario de alimentos puede ayudarle a identificar cuáles son los alimentos que causan esto. Anote las comidas y bebidas, los horarios de las comidas y el horario en el que se empieza a sentir hinchado. Lleve su diario de alimentos a sus citas. Su proveedor de cuidados de la salud lo usará para ayudarle a controlar la hinchazón.

Un nutricionista dietista clínico puede hablar con usted sobre su alimentación y ayudarle a diseñar un plan de alimentación que cubra sus necesidades. Si desea hablar con un nutricionista dietista clínico, pídale a su oncólogo de radioterapia o a su enfermero que le derive.

Beba agua, si es necesario

Algunas personas necesitan tener la vejiga llena durante la simulación y los tratamientos de radioterapia. Tener la vejiga llena puede ayudar a empujar el intestino delgado fuera de la zona de tratamiento. Esto ayuda a evitar que los efectos secundarios comiencen o empeoren.

Su equipo de atención le indicará si la vejiga debe estar llena para la simulación y los tratamientos de radioterapia. Le dirán la cantidad de agua que debe beber antes de cada cita. Además, le dirán cuándo puede comenzar a beberla.

Permanezca hidratado antes de las citas, si es necesario

Si va a necesitar la vejiga llena, manténgase bien hidratado los días previos y los días que tenga citas. Beba agua durante el día y siempre que tenga sed.

Esto ayuda a que el agua que su equipo de atención médica le dijo que bebiera antes de su cita llene su vejiga más rápidamente. La vejiga tarda entre 30 y 60 minutos en llenarse cuando el cuerpo está hidratado de manera adecuada. Tarda más tiempo si está deshidratado.

Es importante tomar agua para estar hidratado. Otros líquidos (como el café, el chocolate caliente y el té) no llenan la vejiga tan bien como el agua.

Cita de simulación

Medicamentos que debe tomar

Recuerde tomar 2 comprimidos (125 mg) de simethicone la noche anterior a su cita de simulación.

El día de su simulación:

- Tome 1 cucharada de methylcellulose en polvo como de costumbre.
- Use un enema salino 3 horas antes de su simulación. Siga las instrucciones que vienen en la caja.
- Tome 2 comprimidos (125 mg) de simethicone aproximadamente 2 horas antes de su cita.
- Tome sus medicamentos habituales.

Permanecerá acostado en una posición durante su simulación. Si cree que estará incómodo, tome un analgésico sin receta o su analgésico habitual 1 hora antes de su simulación. Hable con su proveedor de cuidados de la salud con anticipación.

Si cree que puede ponerse ansioso durante su simulación, hable con su proveedor de cuidados de la salud con anticipación. Puede recomendarle medicamentos que le ayuden.

Qué cosas debe comer y beber

Si su equipo de atención le dio instrucciones para beber agua antes de la cita, siga sus indicaciones.

Qué ropa ponerse

Lleve puesta ropa cómoda que sea fácil de quitar. Deberá cambiarse y ponerse una bata de hospital.

Retire los dispositivos de la piel

Es posible que use ciertos dispositivos en la piel. Antes de su simulación o tratamiento, los fabricantes de dispositivos recomiendan que se quite:

- Monitor continuo de glucosa (CGM)
- Bomba de insulina

Si usa alguno de estos, pregúntele a su oncólogo de radioterapia si necesita retirarlos. De ser así, asegúrese de traer un dispositivo adicional para ponérselo después de su simulación o tratamiento.

Es posible que no esté seguro de cómo administrar su glucosa mientras el dispositivo esté apagado. Si es así, antes de su cita, hable con el proveedor de cuidados de la salud que trata su diabetes.

Qué esperar a su llegada

Un integrante del equipo de radioterapia lo registrará cuando llegue. Le dará una pulsera de identificación (ID) con su nombre y fecha de nacimiento. Muchos miembros del personal revisarán su pulsera de identificación y le pedirán su nombre y fecha de nacimiento durante su cita. Esto se hace por su seguridad. Existe la posibilidad de que se esté atendiendo a personas con el mismo nombre o con un nombre similar el mismo día que a usted.

Sus radioterapeutas lo saludarán y tomarán una foto de su rostro. Esta fotografía se usará para identificarlo durante su radioterapia. También revisarán qué esperar durante la simulación. Si aún no ha firmado un formulario de consentimiento, los radioterapeutas repasarán el formulario con usted. Responderán cualquier pregunta que tenga y le pedirán su firma.

Los radioterapeutas pueden pedirle que beba agua para que la vejiga esté llena antes de su simulación. Le dirán la cantidad que debe beber. Tener la vejiga cómodamente llena y el intestino vacío ayuda a alejar el tejido sano de

los haces de radiación. Esto ayuda a reducir el riesgo de tener efectos secundarios.

Cuando llegue el momento de la simulación, se pondrá una bata de hospital. Déjese los zapatos puestos.

Qué esperar durante su simulación

Sus radioterapeutas le ayudarán a subirse a la mesa de simulación. La mesa tendrá una sábana, pero es dura y no tiene cojín. Si no ha tomado ningún analgésico y cree que quizás lo necesite, dígalos a los radioterapeutas antes de que comience la simulación.

Los radioterapeutas le ayudarán a colocarse en posición para su simulación. Se acostará boca arriba y apoyará la cabeza en un reposacabezas. Los radioterapeutas le colocarán las piernas y los pies en cojines de inmovilización para la parte inferior del cuerpo (véase la figura 1). Son cojines duros que mantienen las piernas y los pies en su lugar. Los utilizarán para su simulación y todos sus tratamientos, para asegurarse de que siempre esté exactamente en la misma posición. Si necesita un reposacabezas más alto o un cojín para las rodillas para estar cómodo, puede pedirlo.

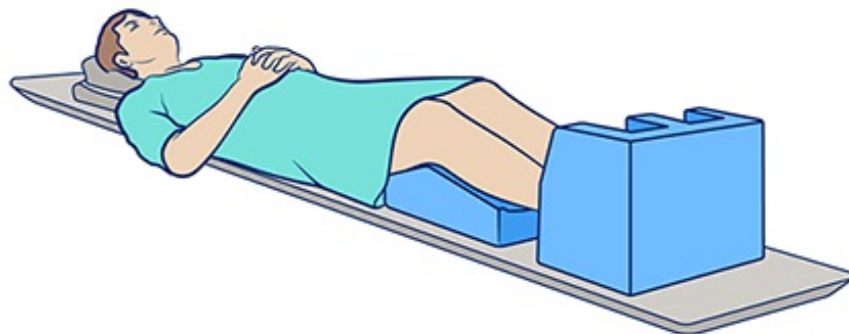


Figura 1. Cojines de inmovilización para la parte inferior del cuerpo

La simulación tomará de 1 a 2 horas, aunque puede demorar menos o más tiempo, dependiendo de su tratamiento específico. Sus radioterapeutas pueden poner música para ayudarle a pasar el tiempo.

No se mueva una vez que comience la simulación. Es importante que

permanezca en la misma posición. Si se siente incómodo o necesita ayuda, dígaselo a sus radioterapeutas.

Escaneos de imagenología y posicionamiento

Durante la simulación, los radioterapeutas utilizarán escaneos de imagenología para verificar y ajustar su posición. Verán los marcadores de referencia en la próstata en estas imágenes. También controlarán que tenga la vejiga llena y los intestinos vacíos.

Estos escaneos de imagenología se harán con una máquina para radiografías llamada simulador o en una máquina de escaneo por tomografía computarizada. Es posible que también le realicen una imagen por resonancia magnética (IRM). **Estos escaneos solo se utilizan para planear su tratamiento. No se usan para dar diagnósticos ni para buscar tumores.**

Si no hay suficiente líquido en la vejiga o demasiadas heces o gases en los intestinos, los radioterapeutas le ayudarán a levantarse de la mesa de simulación. Le darán tiempo para llenar la vejiga o vaciar los intestinos. Después le llevarán de nuevo a la sala de simulación.

Si tiene demasiados gases en los intestinos y no puede eliminarlos por su cuenta, los radioterapeutas pueden ayudarle. Pueden colocarle un pequeño tubo de goma lubricado en el recto para eliminar el gas si es fácil de alcanzar.

Sentirá cómo la mesa de simulación se mueve dentro y fuera del escáner, y escuchará cómo la máquina se enciende y se apaga. Aunque parezca ruidoso, sus radioterapeutas podrán escucharle si necesita hablar con ellos. Entrarán y saldrán de la sala durante los escaneos, pero la sala cuenta con un micrófono, altavoz y cámara. Siempre habrá una persona que puede verle y escucharle.

Su radioterapeuta encenderá y apagará las luces de la sala durante su simulación. Verá luces láser rojas o verdes en cada pared. Sus radioterapeutas las utilizan para ayudar a posicionarlo en la mesa.

Marcas en la piel (tatuajes) y fotografías

Sus radioterapeutas usarán un marcador de fieltro para marcar la piel en la zona donde realizarán el tratamiento. Una vez que estén seguros de que está en la posición correcta, le harán unos tatuajes diminutos utilizando una aguja limpia y una gota de tinta. Cada tatuaje se sentirá como un pinchazo. Los tatuajes no serán más grandes que la cabeza de un alfiler.

Los radioterapeutas también le tomarán varias fotos en su posición de simulación. Utilizarán las fotos y las marcas de tatuajes para colocarle sobre la mesa en la posición correcta cada día de su tratamiento.

Después de la simulación podrá lavarse las marcas. **Los tatuajes son permanentes y no se quitan con el agua.** Si le preocupa tener tatuajes como parte de la radioterapia, hable con el oncólogo de radioterapia.

Programación de sus tratamientos de IMRT

Programaremos su procedimiento de ajuste y el primer tratamiento al final de su cita de simulación.

Los tratamientos de radiación se pueden administrar los días de la semana. La mayoría de las personas reciben tratamiento durante unas 5 semanas. Su equipo de atención hablará con usted sobre si deberá recibir tratamiento durante más o menos tiempo.

En general, cada cita de tratamiento dura entre 20 y 30 minutos, siempre que tenga la vejiga llena y el recto vacío. Sus citas serán más largas si necesita llenar la vejiga o vaciar el recto. También tardarán más si tiene programada una visita de control con su oncólogo de radioterapia.

Si no puede acudir al tratamiento por cualquier motivo, llame al consultorio de su oncólogo de radioterapia para informar a su equipo de atención. Si debe cambiar su horario por cualquier motivo, hable con el radioterapeuta o el coordinador.

Cómo consultar su calendario de tratamiento

Puede ver el calendario de su tratamiento en el portal para pacientes, MyMSK (my.mskcc.org). Si no tiene una cuenta de MyMSK, puede crear una

en my.mskcc.org. Para obtener un ID de inscripción, puede llamar al 646-227-2593 o al consultorio de su médico.

Es muy útil consultar MyMSK para llevar un registro de los horarios de sus citas. Le llamaremos si necesitamos reprogramar alguna de sus citas de tratamiento.

Planeación para su tratamiento de IMRT

Entre su simulación y el primer tratamiento, su oncólogo de radioterapia trabajará en colaboración con un equipo para planificar sus tratamientos. Usarán los escaneos de la simulación para planificar cuidadosamente los ángulos y las formas de los haces de radiación. También calculará la dosis de radiación que recibirá. Esos detalles se planifican y verifican detenidamente. Esto puede tardar hasta 2 semanas.

Su plan de tratamiento se basa en la forma y el tamaño de su cuerpo al momento de su simulación. Intente mantener su peso entre 5 y 10 libras (2.3 y 4.5 kilogramos) respecto a su peso habitual. Esto ayuda a garantizar que su plan de radioterapia sea preciso.

Qué ocurre durante la IMRT en la próstata

Recuerde seguir tomando polvo de methylcellulose todos los días hasta que termine su radioterapia.

Siga las pautas de la dieta para minimizar la hinchazón hasta que termine la radioterapia.

Citas de tratamiento de radiación

Medicamentos que debe tomar

Recuerde tomar 2 comprimidos (125 mg) de simethicone la noche antes de cada una de sus citas de tratamiento.

El día de cada tratamiento:

- Tome 1 cucharada de methylcellulose en polvo como de costumbre.
- Tome 2 comprimidos (125 mg) de simethicone aproximadamente 2 horas antes de su cita. Esto es además de los comprimidos que tomó la noche anterior.
- Tome sus medicamentos habituales.

Estará en la misma posición para sus tratamientos de radioterapia que durante su simulación. Si los medicamentos para el dolor o la ansiedad fueron útiles durante su simulación, es posible que desee tomarlos antes de sus tratamientos de radioterapia. Tome el medicamento aproximadamente 1 hora antes de su cita.

Qué ropa ponerse

Lleve puesta ropa cómoda que sea fácil de quitar. Deberá cambiarse y ponerse una bata de hospital.

Qué cosas debe comer y beber

Si su equipo de atención le dio instrucciones para beber agua antes de la cita, siga sus indicaciones.

Qué esperar a su llegada

Cada día que tenga tratamiento, regístrese en la recepción y siéntese en la sala de espera. Si necesita tener la vejiga llena para el tratamiento, su radioterapeuta le dirá cuánta agua debe beber y cuándo debe empezar a beberla.

Cuando los radioterapeutas estén preparados para usted, un miembro del personal le acompañará al vestuario. Le darán una bata de hospital para que se la ponga. Déjese los zapatos puestos.

Los radioterapeutas le llevarán a la sala de tratamiento y le ayudarán a colocarse sobre la mesa de tratamiento.

Procedimiento de ajuste y primer tratamiento.

Cuando venga para su primera cita de tratamiento, le realizarán escaneos de imagenología especiales antes de que comience su tratamiento. A esto se le

llama procedimiento de ajuste. Esta cita durará un poco más que las demás citas de tratamiento.

Tratamientos de radioterapia

Los radioterapeutas le ayudarán a ponerse en la posición de tratamiento. Luego, saldrán de la habitación, cerrarán la puerta y comenzarán a tomarle escaneos de imagenología. Le harán radiografías, tomografías computarizadas o ambas.

Se le realizarán estos escaneos de imagenología diariamente durante todo el tratamiento. Los radioterapeutas los utilizarán para comprobar y ajustar su posición. También controlarán que tenga la vejiga llena y los intestinos vacíos. Además, su oncólogo de radioterapia puede usar estos escaneos de imagenología para hacer ajustes al plan de tratamiento. **No se utilizan para ver cómo responde el tumor al tratamiento.**

Respire normalmente durante su tratamiento, pero no se mueva.

Usted no verá ni sentirá la radiación. Es posible que escuche la máquina a medida que se mueve a su alrededor y se enciende y apaga. Si se siente incómodo y necesita ayuda, dígaselo a sus radioterapeutas. Ellos podrán verlo y escucharlo. Ellos pueden apagar la máquina y entrar a verle en cualquier momento, si es necesario.

Permanecerá en la sala de tratamiento de 15 a 45 minutos, según su plan de tratamiento. La mayor parte de este tiempo se dedicará a colocarle en la posición correcta. El tratamiento de IMRT solo dura entre 10 y 15 minutos.

No será radioactivo durante el tratamiento ni después de este. Es seguro que esté cerca de otras personas y mascotas.

Visitas de control

Su oncólogo de radioterapia o un enfermero de radioterapia se comunicará con usted todas las semanas durante su radioterapia. Hablará con usted sobre cualquier preocupación, le preguntará sobre los efectos secundarios que pueda tener y responderá sus preguntas. Esta visita de control de estado puede ser una consulta de telemedicina o una visita antes o después

de su tratamiento.

Si necesita hablar con su oncólogo de radioterapia o enfermero fuera de las visitas de control de estado, llame al consultorio de su oncólogo de radioterapia. También puede pedir a otro miembro de su equipo de atención que los contacte cuando venga para su tratamiento.

Vitaminas y suplementos alimenticios durante la radioterapia

Puede tomar un multivitamínico durante su radioterapia. No tome más de la cantidad diaria recomendada (CDR) de ninguna vitamina o mineral.

No tome ningún otro suplemento alimenticio sin hablar antes con un integrante de su equipo de atención. Las vitaminas, los minerales y los suplementos herbales o botánicos (a base de plantas) son ejemplos de suplementos alimenticios.

Efectos secundarios de la IMRT en la próstata

Algunas personas tienen efectos secundarios por la radioterapia. En esta sección se enumeran los efectos secundarios más frecuentes de la IMRT en la próstata.

Usted podría presentar todos, algunos o ninguno de estos efectos secundarios. La experiencia de cada persona es diferente. Su proveedor de cuidados de la salud hablará con usted sobre qué esperar según sus antecedentes médicos y su plan de tratamiento.

Es importante que nos diga si tiene efectos secundarios y que nos cuente cómo se siente. Podemos darle más información y ayudarle a manejarlos.

Cambios urinarios

Aproximadamente 2 semanas después de su primer tratamiento, usted puede:

- Tener problemas para comenzar a orinar (hacer pis).
- Necesitar orinar con más frecuencia de lo habitual.
- Necesitar orinar por la noche con más frecuencia de lo habitual.
- Tener ganas repentinas de orinar.
- Tener pérdida de orina.
- Sentir ardor al orinar.

Dígale a su oncólogo de radioterapia o enfermero si tiene algún cambio en la orina. Ellos pueden recomendarle un cambio en su dieta o recetarle un medicamento que le ayude. También puede intentar seguir las pautas a continuación.

- Beba de 6 a 8 vasos de agua (de 8 onzas o 240 ml) durante el día.
- Evite beber después de las 8:00 p.m.
- Evite los alimentos y las bebidas que puedan irritar la vejiga, como:
 - Cafeína, como té, café y refrescos.
 - Alcohol.
 - Alimentos y bebidas ácidos, como tomates, cítricos y jugos y bebidas gasificadas (con gas).
 - Alimentos picantes, especialmente si tiene ardor al orinar.
- Haga ejercicios para los músculos del suelo pélvico (Kegel). Para aprender cómo, lea *Ejercicios para los músculos del suelo pélvico (Kegel) para hombres* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-males). Un integrante de su equipo de atención le dirá cuántas veces debe hacerlos y con qué frecuencia.

Para obtener más información sobre cómo hacer frente a los cambios urinarios, lea *Cómo mejorar su continencia urinaria* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/improving-your-urinary-continence).

Cambios intestinales

Aproximadamente 2 semanas después de su primer tratamiento, usted puede:

- Tener defecaciones con más frecuencia de lo habitual.
- Tener heces más blandas de lo habitual.
- Sentir molestias en el recto.
- Tener drenajes de mucosa del ano. El ano es la abertura del recto donde las heces salen del cuerpo.
- Tener una pequeña cantidad de sangrado del recto. Por ejemplo es posible que vea sangre de color rojo brillante en el papel higiénico o en las heces.
- Despedir más gases de lo habitual.
- Sentir que necesita defecar con más urgencia de lo habitual.

Si tiene hemorroides, la radioterapia también puede empeorar sus síntomas de hemorroides.

Esos síntomas normalmente son leves.

Si tiene alguno de estos efectos secundarios, dígame a su enfermero de radioterapia. Puede hablar con usted sobre cómo puede cambiar su dieta para controlar los efectos secundarios. Si aún se siente incómodo, dígaselo a su oncólogo de radioterapia o enfermero. Su oncólogo de radioterapia puede recetarle un medicamento que le ayude.

Salud sexual y reproductiva

Puede tener una vida sexual activa durante la radioterapia, salvo que el oncólogo de radioterapia le dé otras instrucciones. No será radioactivo ni pasará radiación a nadie más. Es seguro tener contacto cercano con otras personas.

Es posible que sienta molestias o una sensación de ardor durante la eyaculación. En la mayoría de las personas, esta sensación desaparece de 1 a 2 meses después de terminar la radioterapia.

Si es sexualmente activo con alguien que puede quedar embarazada, es muy importante que utilice métodos anticonceptivos durante la radioterapia y durante 1 año después de su tratamiento. Durante su radioterapia, su esperma puede resultar dañado por la radiación. Si engendra un bebé con este esperma, el bebé puede tener defectos de nacimiento. El uso de anticonceptivos ayuda a prevenir esto.

Para obtener más información sobre la salud sexual durante el tratamiento contra el cáncer, lea *El sexo y el tratamiento contra el cáncer* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/sex-cancer-treatment). La Sociedad Americana contra el Cáncer cuenta con recursos sobre problemas de salud sexual durante el tratamiento contra el cáncer. El de los hombres se llama *El sexo y el hombre adulto con cáncer*. Puede buscarlo en www.cancer.org o llamar al 800-227-2345 para obtener una copia.

Programa de Medicina Sexual y Reproductiva Masculina

El [Programa de Medicina Sexual y Reproductiva Masculina](#) de MSK ayuda a las personas a abordar el impacto de su enfermedad y tratamiento en la salud sexual. Puede hablar con un especialista antes, durante y después de su tratamiento. Nosotros podemos derivarlo, o bien usted puede llamar al 646-888-6024 para pedir una cita.

Fatiga

La fatiga es una sensación de mucho cansancio y debilidad. Cuando siente fatiga, es posible que no quiera hacer nada. Puede tener problemas para concentrarse, una sensación de lentitud o menos energía de lo normal.

Puede empezar a sentir fatiga 2 a 3 semanas después del tratamiento. Puede variar de leve (no muy malo) a grave (muy malo). Podría ser peor en determinados momentos del día. La fatiga puede durar de 6 semanas a 12 meses después de su último tratamiento.

Hay muchas razones por las que puede sentir fatiga durante la radioterapia. Entre ellos:

- Los efectos de la radiación en el cuerpo.

- Viajar de ida y vuelta para asistir a las citas de tratamiento.
- No dormir lo suficiente por la noche.
- No consumir suficiente proteína y calorías.
- Tener dolor u otros síntomas.
- Sentir ansiedad (nervioso) o depresión (infeliz).
- Efectos secundarios de algunos medicamentos.

Maneras de hacer frente a la fatiga

- Si está trabajando y se siente bien, está bien que siga trabajando. Pero trabajar menos puede ayudarlo a tener más energía.
- Planifique sus actividades diarias. Elija las cosas que necesita o realmente quiere hacer. Hágalas cuando tenga más energía. Por ejemplo, puede elegir ir a trabajar pero no hacer las tareas del hogar. Puede elegir ver el evento deportivo de sus hijos pero no salir a cenar.
- Planifique tiempo para descansar o tomar siestas cortas (de 10 a 15 minutos) durante el día, especialmente cuando se sienta más cansado.
- Intente dormir al menos 8 horas cada noche. Esto quizás sea más sueño del que necesitaba antes de comenzar la radioterapia. Puede resultarle útil:
 - Ir a dormir más temprano y levantarse más tarde.
 - Estar activo durante el día. Por ejemplo, si puede hacer ejercicio, podría salir a caminar o hacer yoga.
 - Relajarse antes de acostarse. Por ejemplo, lea un libro, arme un rompecabezas, escuche música o dedíquese a otros pasatiempos que le tranquilicen.
- Pídale a sus familiares y amigos que le ayuden con las tareas del hogar y los mandados. Consulte con su compañía de seguros de salud para ver si cubre servicios de atención a domicilio.
- Puede que tenga más energía cuando hace ejercicio. Pregúntele a su oncólogo de radioterapia si puede hacer ejercicio ligero, como caminar,

andar en bicicleta, hacer estiramiento o yoga. Lea *Cómo hacer frente a la fatiga relacionada con el cáncer por medio de ejercicios* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/managing-cancer-related-fatigue-exercise) para obtener más información.

- Coma alimentos con alto contenido de proteína y calorías. Lea *La alimentación apropiada durante su tratamiento contra el cáncer* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment) para obtener más información.

Algunas cosas pueden empeorar la fatiga. Algunos ejemplos son:

- Dolor
- Náuseas (una sensación de que va a vomitar)
- Diarrea (heces sueltas o aguadas)
- Problemas para dormir
- Sentirse deprimido o ansioso

Si tiene estos u otros síntomas o efectos secundarios, pida ayuda a su oncólogo de radioterapia o enfermero.

Salud emocional

El diagnóstico y el tratamiento del cáncer pueden ser muy estresantes y abrumadores. Usted probablemente sienta:

- Ansioso o nervioso
- Asustado
- Solo
- Enfadado
- Deprimido
- Indefenso
- Frustrado
- Aletargado
- Inseguro
- Preocupado

Es posible que también le preocupe decirle a su empleador que tiene cáncer o pagar sus cuentas médicas. Es posible que le preocupe cómo pueden cambiar sus relaciones familiares o que el cáncer regrese. Es posible que le preocupe cómo el tratamiento contra el cáncer afectará su cuerpo o si

continuará siendo sexualmente atractivo.

Es normal y está bien preocuparse por todas estas cosas. Todos estos tipos de sensaciones son normales si usted o un ser querido tiene una enfermedad grave. Estamos aquí para apoyarle.

Formas de lidiar con sus sentimientos

Hable con los demás. Cuando las personas intentan protegerse escondiendo sus sentimientos, podrían sentirse muy solas. Hablar puede ayudar a las personas que le rodean a saber qué está pensando. Hablar sobre sus sentimientos con alguien en quien confíe podría ser de ayuda. Por ejemplo, puede hablar con su cónyuge o pareja, un amigo cercano o un familiar. También puede hablar con un capellán (asesor espiritual), enfermero, trabajador social o psicólogo.

Únase a un grupo de apoyo. Reunirse con otras personas con cáncer le dará la oportunidad de hablar sobre sus sentimientos y aprender de los demás. Puede entender cómo otras personas sobrellevan el cáncer y su tratamiento, y esto le servirá para saber que no está solo.

Sabemos que no todos los diagnósticos de cáncer y las personas con cáncer son iguales. Ofrecemos grupos de apoyo para personas que comparten diagnósticos o identidades similares. Por ejemplo, puede unirse a un grupo de apoyo para personas con cáncer de mama o para personas de la comunidad LGBTQ+ con cáncer. Para obtener información sobre los grupos de apoyo de MSK, visite www.msk.org/vp. También puede hablar con su oncólogo de radioterapia, enfermero o trabajador social.

Pruebe con la relajación y la meditación. Estos tipos de actividades pueden ayudarle a sentirse relajado y calmado. Podría intentar imaginarse que está en su lugar favorito. Mientras lo hace, respire lentamente. Preste atención a cada inhalación o escuche música o sonidos relajantes. Para algunas personas, rezar es otra forma de meditación. Visite www.msk.org/meditations para encontrar meditaciones guiadas dirigidas por nuestros proveedores de Medicina Integral.

Ejercicio. A muchas personas el movimiento liviano, como caminar, andar

en bicicleta, hacer yoga o hacer ejercicios aeróbicos acuáticos, les ayuda a sentirse mejor. Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre los tipos de ejercicio que puede hacer.

Todos tenemos nuestra propia manera de hacer frente a situaciones difíciles. Con frecuencia, utilizamos lo que nos haya funcionado bien en el pasado. Pero a veces no es suficiente. Le recomendamos que hable con su médico, enfermero o trabajador social sobre sus inquietudes.

Después de su IMRT en la próstata

Si es sexualmente activo con una persona que puede quedar embarazada, recuerde utilizar métodos anticonceptivos durante 1 año después de terminar la radioterapia.

Citas de seguimiento

Es importante que asista a todas sus citas de seguimiento con su oncólogo de radioterapia. Durante estas citas, controlará cómo se recupera después de su radioterapia.

Anote sus preguntas e inquietudes antes de sus citas de seguimiento. Traiga esa lista a la cita, así como una lista de todos sus medicamentos. También puede llamar a su oncólogo de radioterapia o enfermero en cualquier momento después de terminar la radioterapia o entre sus citas de seguimiento.

Vitaminas y suplementos alimenticios después de la radioterapia

- Es posible que reciba otros tratamientos contra el cáncer junto con su radioterapia. Si es así, pregúntele al médico al frente del tratamiento cuándo es seguro empezar a tomar suplementos alimenticios nuevamente. Hay algunos suplementos alimenticios que no son seguros de tomar antes de una cirugía o durante la quimioterapia.
- Si no está recibiendo otros tratamientos contra el cáncer, puede empezar a tomar suplementos alimenticios de nuevo 1 mes después de su último

tratamiento de radiación.

Si quiere hablar con un nutricionista dietista clínico sobre su dieta o sus suplementos, dígame a su enfermero de radiación.

Cambios urinarios e intestinales

Algunas personas presentan efectos secundarios 4 meses o más después del tratamiento. Puede que sean similares a los que haya tenido durante el tratamiento. Existe una pequeña posibilidad de que tenga otros efectos secundarios. Por ejemplo:

- La abertura de la vejiga puede volverse más estrecha.
- Es posible que tenga sangre en la orina.
- Es posible que tenga sangrado en el recto.

Estos efectos secundarios son raros. Pueden ir y venir con el tiempo. O pueden ser persistentes y crónicos. Su equipo de atención le ayudará a manejarlos.

Aunque no tenga ningún efecto secundario tardío, recuerde que la radioterapia afecta los tejidos de la vejiga y el recto. Llame al oncólogo de radioterapia si:

- Tiene algún nuevo síntoma urinario, en la vejiga o en los intestinos.
- Necesita una colonoscopia. Evite tener una colonoscopia durante el primer año posterior al tratamiento.
- Necesita cualquier tipo de procedimiento urológico o rectal.

Cambios sexuales

Algunas personas tienen cambios sexuales después de finalizar el tratamiento. Por ejemplo:

- Puede ser más difícil o imposible conseguir o mantener una erección. Esto se llama disfunción eréctil (DE).
- Los orgasmos pueden sentirse diferentes.

- Cuando eyacula, la cantidad o lo espeso del semen puede ser diferente.

Estos cambios pueden ocurrir muchos meses o incluso años después de la radioterapia. Si nota alguno, informe a su proveedor de cuidados de la salud. Puede derivarle a un proveedor de cuidados de la salud que trate estos problemas.

Servicios de apoyo de MSK

Centro de Orientación

www.msk.org/counseling

646-888-0200

Muchas personas consideran que el asesoramiento les ayuda. Nuestro Centro de Orientación ofrece asesoramiento a personas, parejas, familias y grupos. También podemos recetarle medicamentos para ayudarle si se siente ansioso o deprimido. Para programar una cita, pida una derivación a un integrante de su equipo de atención o llame al número que se proporcionó anteriormente.

Servicio de Medicina Integral

www.msk.org/integrativemedicine

646-608-8550

Nuestro Servicio de Medicina Integral ofrece muchos servicios que complementan la atención médica tradicional, como musicoterapia, terapias mentales y corporales, terapia de baile y movimiento, yoga y terapia de contacto. Llame al 646-449-1010 para programar una cita para estos servicios.

Puede programar una consulta con un proveedor de cuidados de la salud en el Servicio de Medicina Integral. El proveedor colaborará con usted para diseñar un plan para crear un estilo de vida saludable y hacer frente a los efectos secundarios. Llame al 646-608-8550 para programar una cita para hacer una consulta.

Programa de Medicina Sexual y Reproductiva Masculina

646-888-6024

Este programa ayuda a los pacientes hombres que enfrentan problemas de salud sexual relacionados con el cáncer, inclusive problemas de disfunción eréctil.

Servicios de Nutrición

www.msk.org/nutrition

212-639-7312

Nuestro Servicio de Nutrición ofrece asesoramiento nutricional con uno de nuestros nutricionistas dietistas clínicos. Su nutricionista dietista clínico hablará con usted sobre sus hábitos alimenticios. También le dará consejos sobre lo que puede comer durante el tratamiento y después de este. Para programar una cita, pida una derivación a un integrante de su equipo de atención o llame al número que se proporcionó anteriormente.

Servicios de rehabilitación

www.msk.org/rehabilitation

El cáncer y los tratamientos contra el cáncer pueden hacer que su cuerpo se sienta débil, rígido o tenso. Algunos pueden causar linfedema (inflamación). Nuestros fisiatras (médicos de rehabilitación), terapeutas ocupacionales (OT) y fisioterapeutas (PT) pueden ayudarlo a retomar sus actividades habituales.

- **Los médicos de medicina de rehabilitación** diagnostican y tratan problemas que afectan la forma en que se mueve y realiza actividades. Pueden diseñar y ayudar a coordinar su programa de terapia de rehabilitación, ya sea en MSK o en algún lugar más cercano a su hogar. Para obtener más información, llame a Medicina de Rehabilitación (Fisiatría) al 646-888-1929.
- Un **OT** puede ayudar si tiene problemas para realizar las actividades diarias habituales. Por ejemplo, puede recomendarle herramientas para facilitar las tareas diarias. Un **PT** puede enseñarle ejercicios para ayudar a desarrollar fuerza y flexibilidad. Para obtener más información, llame a Terapia de Rehabilitación al 646-888-1900.

Detalles de contacto

Si tiene preguntas o inquietudes, comuníquese con un integrante de su equipo de radioterapia. Puede comunicarse con ellos de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. llamando a los siguientes números:

Oncólogo de radioterapia: _____

Número de teléfono: _____

Enfermero de radioterapia: _____

Número de teléfono: _____

Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Preguntas para hacerle a su oncólogo de radioterapia

Antes de su cita, es útil anotar las preguntas que desea hacer. A continuación se enumeran algunos ejemplos. Escriba las respuestas durante su cita para poder repasarlas más adelante.

¿Qué tipo de radioterapia recibiré?

¿Cuántos tratamientos de radiación recibiré?

¿Qué efectos secundarios debo esperar durante la radioterapia?

¿Desaparecerán estos efectos secundarios cuando termine la radioterapia?

¿Qué tipo de efectos secundarios tardíos debo esperar después de la radioterapia?

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

About Your Intensity-Modulated Radiation Therapy (IMRT) to Your Prostate - Last updated on January 8, 2025

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center