



## EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# **Radioterapia estereotáctica del cuerpo (SBRT) en el pecho**

Esta información le ayudará a prepararse para la radioterapia corporal estereotáctica (SBRT) que le realizarán en MSK. Le ayudará a saber qué esperar antes, durante y después del tratamiento. También aprenderá sobre los efectos secundarios y cómo cuidarse durante su tratamiento.

Lea este recurso completamente al menos una vez antes de comenzar la radioterapia. Úselo como referencia en los días previos a sus tratamientos para que pueda prepararse lo mejor posible. Lleve este recurso a su cita de simulación y a todas las citas futuras con el oncólogo de radioterapia. Usted y su equipo de atención médica lo consultarán a lo largo de su tratamiento.

## **Información sobre la radioterapia**

En la radioterapia se utilizan haces de alta energía para tratar el cáncer. Su función consiste en dañar las células cancerosas y dificultarles la reproducción. Entonces, el cuerpo es naturalmente capaz de deshacerse de estas

células cancerosas dañadas. La radioterapia también afecta las células normales. Sin embargo, las células normales son capaces de repararse de una forma en que las células cancerosas no pueden hacerlo.

La radioterapia tarda un tiempo en ejercer su efecto. Lleva días o semanas hasta que las células cancerosas comienzan a morir. Estas células continuarán muriendo por semanas o meses después de que el tratamiento finalice.

Se le podría someter a radioterapia antes, durante o después de la cirugía o quimioterapia.

### **Acerca de la SBRT**

Con la SBRT, los escaneos de imagenología se usan para guiar la radiación. La radiación solo se administra en el área objetivo, y se evita el tejido sano cercano. Esto significa que se pueden usar dosis (cantidades) más altas de radiación durante cada tratamiento. Le realizarán un escaneo de imagenología antes de cada uno de sus tratamientos para asegurarse de que las altas dosis de radiación se estén administrando en la zona correcta.

La SBRT se usa para tratar tumores pulmonares que son pequeños y que solo están en los pulmones. También se puede usar para tratar el cáncer que se ha propagado a

los pulmones desde otra parte del cuerpo.

La SBRT generalmente se administra en 1 a 8 tratamientos.

## **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 fuma. 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 más información a su enfermero.
  - Cuidarse la piel siguiendo nuestras instrucciones.
  - Beber líquidos siguiendo nuestras instrucciones.
  - Comer o evitar los alimentos que sugerimos.

- Mantener el mismo peso.

## **Simulación**

Antes de comenzar sus tratamientos de SBRT, se le realizará un procedimiento de planeación para su tratamiento que se denomina simulación. Esto se hace para garantizar que:

- El sitio de tratamiento se trace correctamente.
- Usted reciba la dosis correcta de radiación.
- La dosis de radiación en los tejidos cercanos sea lo más pequeña posible.

Durante su cita de simulación:

- Usted y sus radioterapeutas harán un molde de la parte superior de su cuerpo. Esto le ayudará a permanecer en la misma posición para su simulación y sus tratamientos.
- Le realizarán una tomografía computarizada (CT). Las imágenes de la tomografía se usarán para trazar la zona de tratamiento.
- Se le marcará la piel con pequeños puntos de tatuaje. Esas marcas identifican la zona que recibirá tratamiento.

Su simulación puede tardar entre 2 y 4 horas o más. El

tiempo exacto depende del tratamiento específico que su médico haya planificado para usted.

## **Preparación para la simulación**

Su enfermero le dirá si debe seguir otras instrucciones para prepararse para su simulación. Si no necesita una preparación especial, puede comer y beber normalmente durante el día de su simulación.

- **Durante su simulación, estará en posición acostada por mucho tiempo.** Si cree que estará incómodo al quedarse recostado sin moverse, puede tomar acetaminophen (Tylenol<sup>®</sup>) o su analgésico habitual antes de la simulación.
- Si cree que posiblemente se ponga ansioso durante el procedimiento, pregúntele al médico si hay un medicamento que pudiera ayudarle.
- Lleve puesta ropa cómoda que sea fácil de quitar. Es posible que deba cambiarse y ponerse una bata de hospital.
- No se ponga joyas, talco ni lociones.

Para ayudarle a pasar el tiempo durante su simulación, los radioterapeutas le pueden poner música.

## **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.

## **El día de su simulación**

### **Al llegar**

Un integrante del equipo de radioterapia le hará pasar. Se le pedirá que indique y que delectree su nombre y fecha de nacimiento muchas veces. 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.

El radioterapeuta le recibirá. Se le tomará una fotografía del rostro. Esa fotografía servirá para identificarle durante todo el tratamiento.

A continuación, el radioterapeuta le explicará la simulación. Si aún no firmó un formulario de consentimiento, el oncólogo de radioterapia repasará todo con usted y le pedirá su firma.

### **Durante su simulación**

Para su simulación, es posible que deba cambiarse y ponerse una bata de hospital. Debe dejarse puestos los zapatos.

Los radioterapeutas le ayudarán a acostarse en una mesa. Harán todo lo posible para asegurarse de que esté cómodo y tenga privacidad. Aunque la mesa tendrá una sábana, es dura y no tiene colchón. Si no ha tomado ningún analgésico y cree que quizás lo necesite, dígales a los radioterapeutas antes de que comience la simulación. Asimismo, la habitación generalmente está fría. Si en cualquier momento se siente incómodo, dígales a los radioterapeutas.

Durante toda la simulación, sentirá que la mesa se mueve en diferentes posiciones. Las luces de la habitación se encenderán y se apagarán, y usted verá luces láser rojas en cada pared. Los radioterapeutas usan estas luces láser como guía cuando le posicionan en la mesa. No mire directamente hacia el haz rojo porque le podría dañar los ojos.

Habr  un intercomunicador y una cámara dentro de la sala de simulación. Aunque los radioterapeutas entrarán y saldrán de la habitación durante la simulación, siempre habrá alguien que podrá verle y oírle. Usted o r  a los radioterapeutas hablando entre sí a medida que trabajan, y ellos le explicarán lo que están haciendo.

Una vez que la simulación comience, no se mueva, ya que esto podrá cambiar su posición. Sin embargo, si está incómodo o necesita ayuda, dígase lo a los radioterapeutas.

## **Posicionamiento y moldes**

Usted estará acostado boca arriba durante su simulación y los tratamientos de SBRT. Se le hará un molde de la parte superior del cuerpo para asegurarse de que est  en la misma posición para cada tratamiento. Usted yacer  en este molde durante su simulación y en cada uno de sus tratamientos.

Para hacer el molde, los radioterapeutas verterán un líquido caliente en una bolsa de plástico grande.

Sellar n la bolsa y la colocarn en la mesa. Usted se acostaré sobre la bolsa boca arriba. La mayoría de los pacientes se posicionarn con los brazos levantados por encima de la cabeza (véase la figura 1). Su equipo analizar  con usted si le colocarn con los brazos hacia



abajo.



Figura 1. Un molde de cuerpo

Al principio, el líquido se sentirá caliente, pero se enfriará a medida que se endurezca. Mientras se endurece, su radioterapeuta le fijará la bolsa a la piel mediante una cinta, de modo que tome la forma de la parte superior del cuerpo y de los brazos. Eso tarda unos 15 minutos.

### **Tomografía computarizada**

Mientras esté acostado en su posición, se le hará una tomografía computarizada de la región que será tratada. Las imágenes de la tomografía se usarán para trazar la zona de tratamiento. No se utilizarán para emitir diagnósticos ni para buscar tumores. Si es necesario realizarle otros escaneos de imagenología, el enfermero se lo explicará.

La tomografía computarizada tomará unos 45 minutos. Durante la exploración, escuchará que la máquina se

enciende y apaga. Aunque el ruido parezca fuerte, el radioterapeuta podrá escucharle si usted le habla.

## **Tatuajes y marcas corporales**

Sus radioterapeutas usarán un marcador con punta de fieltro para marcar la piel en la zona donde realizarán el tratamiento. También necesitará marcas en la piel llamadas tatuajes. Sus radioterapeutas usarán una aguja esterilizada (limpia) y una gota de tinta para hacerlos. Cada tatuaje se sentirá como un pinchazo. No será más grande que la cabeza de un alfiler.

Después de hacer los tatuajes, los radioterapeutas le tomarán fotos en su posición. Usarán las fotos y los tatuajes para asegurarse de que esté en la posición correcta para sus tratamientos de radiación.

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

## **Escaneos de imagenología adicionales**

Es posible que deba hacerse otros escaneos de imagenología junto con la tomografía computarizada para ayudar a planificar su tratamiento. Estos escaneos se realizarán después de su simulación. Nosotros los programaremos por usted y le llevaremos al área donde

se realizarán.

- **Exploración por resonancia magnética (IRM):** este escaneo nos ayudará a ver la columna vertebral con más claridad. Se realizará en el Departamento de Oncología de Radioterapia (Department of Radiation Oncology). Durante este escaneo, usted permanecerá acostado en el molde de cuerpo que se hizo durante su simulación.
- **Tomografía por emisión de positrones (TEP):** este escaneo nos ayudará a ver la diferencia entre los tejidos normales y anormales del cuerpo. Se realizará en el Departamento de Oncología de Radioterapia o en el Servicio de Imagenología y Terapia Molecular (MITS). A veces, al MITS se le llama servicio de medicina nuclear. Durante este escaneo, usted permanecerá acostado en el molde de cuerpo que se hizo durante su simulación.

## **Después de su simulación**

Al final de su simulación, es posible que reciba un recordatorio de la cita con la fecha y la hora de su primer tratamiento. Si su cita no puede realizarse en ese momento, le llamaremos para informarle la fecha y la hora.

## **Programación de su tratamiento**

Los tratamientos de SBRT pueden administrarse en varios horarios diferentes. Su horario se basará en lo que recomiende su oncólogo de radioterapia. Puede ser:

- Un tratamiento único, generalmente administrado el mismo día del procedimiento de ajuste.
- Entre tres y ocho tratamientos, generalmente administrados día de por medio.

Debe venir todos los días que tenga tratamiento programado. Es posible que su tratamiento no sea tan eficaz si no se presenta a alguna cita. Si no puede venir al tratamiento por cualquier motivo, debe llamar al consultorio del oncólogo de radioterapia para avisarle. Si debe cambiar su horario por cualquier motivo, hable con el radioterapeuta.

Si su calendario de tratamiento debe modificarse, su oncólogo de radioterapia se lo dirá.

## **Planificación de su tratamiento**

Durante el tiempo comprendido entre la simulación y el inicio del tratamiento, el oncólogo de radioterapia trabajará junto con un equipo para planificar el tratamiento. Utilizarán la tomografía computarizada de su cita de simulación y cualquier otra prueba de imagenología que se haya realizado para planificar los

ángulos y las formas de los haces de radiación. También determinarán la dosis de radiación que recibirá. Esos detalles se planifican y verifican detenidamente. Esto puede tardar hasta 2 semanas.

## **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.

## **Durante su tratamiento**

Cada día en que tenga tratamiento, anúnciese en la recepción y tome asiento en la sala de espera.

### **Procedimiento de ajuste y primer tratamiento.**

Su procedimiento de ajuste y su primer tratamiento se llevarán a cabo el mismo día. Tomará unos 60 minutos. Si le sirvió tomar analgésicos durante su simulación, sería buena idea que los tome antes de este procedimiento.

Cuando llegue a su cita, anúnciese en la recepción y tome asiento en la sala de espera. En cuanto los radioterapeutas estén listos, le indicarán que pase al vestidor y que se ponga una bata de hospital. Déjese los zapatos puestos.

Los radioterapeutas le llevarán a la sala de tratamiento. Le ayudarán a acostarse en el molde sobre la mesa de tratamiento. Se le colocará exactamente en la misma posición en la que estaba durante su simulación.

Se le realizará una tomografía computarizada de baja dosis antes de cada uno de sus tratamientos para asegurarse de que su posición y el área que se tratará sean correctas.

Una vez que esté en la posición correcta, los radioterapeutas saldrán de la habitación, cerrarán la puerta y su tratamiento comenzará (véase la figura 2). Usted no verá ni sentirá la radiación, pero es posible que escuche la máquina a medida que se mueve a su alrededor y se

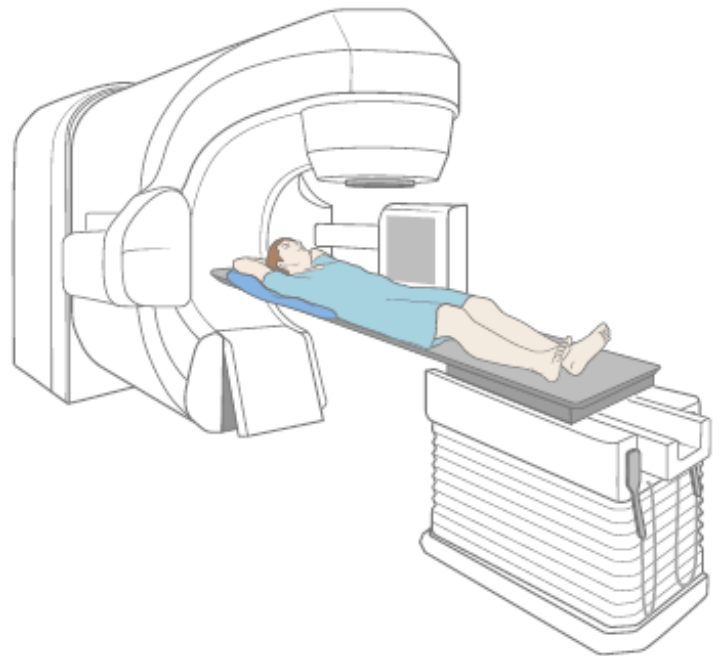


Figura 2. Administración del tratamiento de SBRT

enciende y apaga.

Permanecerá en la sala de tratamiento aproximadamente 1 hora, según su plan de tratamiento. La mayor parte de este tiempo se dedicará a colocarle en la posición correcta.

Aunque estará a solas en la sala durante el tratamiento, los radioterapeutas le verán en un monitor y le oirán a través de un intercomunicador en todo momento. Ellos se asegurará de que esté cómodo durante el tratamiento.

Respire normalmente durante el tratamiento, pero no se mueva. Sin embargo, si está incómodo o necesita ayuda, hable con los radioterapeutas. Ellos pueden apagar la máquina y entrar a verle en cualquier momento, si es necesario.

**Ni usted ni su ropa se volverán radioactivos durante ni después del tratamiento. Es seguro estar con otras personas.**

### **Visita de control de su estado**

Su oncólogo y su enfermero de radioterapia le visitarán durante su tratamiento para hablar con usted de cualquier inquietud que haya, preguntarle sobre los efectos secundarios que tenga y responder sus preguntas. Esta visita la harán antes o después de su

tratamiento. Ese día, debe planificar estar en su cita por alrededor de 1 hora adicional.

Si necesita hablar con el oncólogo de radioterapia o con el enfermero de radioterapia en cualquier momento entre estas visitas semanales, pida al personal de apoyo o a los radioterapeutas que se comuniquen con ellos cuando venga para el tratamiento.

## **Efectos secundarios de la SBRT**

Algunas personas presentan efectos secundarios a raíz de la radioterapia. El tipo de efectos y su seriedad dependen de muchos factores. Estas cosas son: la dosis de la radiación, la cantidad de tratamientos y la salud general.

Con la SBRT, solo una pequeña área del cuerpo está expuesta a radiación. Esto significa que la SBRT generalmente causa menos efectos secundarios que otros tipos de radioterapia. Aproximadamente la mitad de las personas que tienen SBRT no tienen ningún efecto secundario debido al tratamiento.

A continuación se muestran los efectos secundarios más frecuentes de la radioterapia. Usted podría presentar todos, algunos o ninguno de estos efectos. Según el área que debe tratarse, es posible que haya otros efectos



secundarios que su médico y su enfermero analizarán con usted.

## **Tos o dificultad para respirar**

Es posible que cuando haya finalizado su tratamiento tenga tos o dificultad para respirar. Llame a su médico o a su enfermero si tiene estos síntomas o si ellos empeoran.

Las siguientes son sugerencias que le pueden servir para sentirse mejor si tiene tos o dificultad para respirar:

- No fume. El fumar irrita las paredes de las vías respiratorias y causa más tos. MSK cuenta con especialistas que pueden ayudarle a dejar de fumar. Para obtener más información sobre nuestro Programa de Tratamiento del Tabaquismo, llame al 212-610-0507, o su enfermero puede derivarle.
- Use 1 o 2 almohadas para levantar la parte de arriba del cuerpo al dormir.
- Ponga un humidificador mientras duerma. Asegúrese de cambiar el agua del humidificador y de limpiarlo a menudo. Siga las instrucciones del fabricante.
- La fatiga podría empeorar la dificultad para respirar. Siga las sugerencias de la sección “La fatiga” para

ayudar a reducirla.

- Tome medicamento para la tos según se lo indique el médico.

## **Reacciones en la piel y el cabello**

La mayoría de las personas que reciben SBRT no tienen cambios en la piel durante el tratamiento. Puede notar cambios en la piel de 4 a 6 semanas después de finalizar el tratamiento.

Es posible que la piel se le ponga rosada o bronceada en la parte frontal o posterior del pecho en el área que será tratada. Su enfermero le enseñará cómo cuidarse la piel durante su tratamiento.

Es posible que se le caiga un poco o todo el cabello en la zona que recibe tratamiento. Generalmente, su cabello volverá a crecer de 3 a 6 meses después de que se complete su tratamiento.

A continuación hay pautas para ayudarlo a cuidarse la piel durante el tratamiento. Siga estas pautas hasta que su piel mejore. Estas pautas solo se refieren a la piel de la zona que se trata con radiación.

### **Mantenga la piel limpia**

- Báñese o dúchese todos los días con agua tibia y un jabón suave sin perfume, como Neutrogena<sup>®</sup>, Dove<sup>®</sup>,

jabón para bebé, Basis® o Cetaphil®. Enjuáguese bien la piel y séquela dándose palmaditas con una toalla suave.

- Al lavarse, hágalo con delicadeza en la piel de la zona tratada. No use ninguna esponja o paño para lavarse ni cepillo.
- Las marcas que le hayan tatuado antes del tratamiento son permanentes y no se quitan con el agua. Es posible que, durante el tratamiento, le hagan otras marcas, como el contorno de la zona de tratamiento, con un marcador violeta con punta de fieltro. Esas marcas se las puede quitar con aceite mineral en cuanto los radioterapeutas le indiquen que puede hacerlo.
- No use alcohol ni paños con alcohol en la piel de la zona tratada.

### **Hidrátese la piel a menudo**

Su enfermero puede sugerirle que comience a usar un producto hidratante el primer día de su tratamiento. Si no es probable que tenga una reacción en la piel, no necesita usar un producto hidratante a menos que su piel se seque o sienta comezón. Puede usar cualquier hidratante de venta libre (sin receta) siempre que este no contenga fragancias ni lanolina.

Es probable que el enfermero también le recomiende que use otros productos. No use más de 1 producto a la vez, salvo que el enfermero le indique que use más.

Si usa un producto hidratante, aplíquelo 2 veces al día.

## **Evite irritarse la piel de la zona que recibe tratamiento**

- Use ropa interior holgada de algodón en la zona que recibe tratamiento. No se ponga ropa ajustada que le frote la piel.
- Use solo los productos hidratantes, las cremas o las lociones que el médico o el enfermero le recomiende.
- No use maquillaje, perfumes, polvos ni loción para después de afeitarse en la zona tratada.
- No se ponga desodorante si la piel está abierta, agrietada o irritada. Puede usar desodorante sobre la piel intacta en la zona tratada. Deje de usarlo si se le irrita la piel.
- Si tiene comezón en la piel, no se la rasque. Aplique el producto hidratante. Pida al enfermero que le recomiende cómo aliviar la comezón.
- No se afeite la zona que recibe tratamiento. Si tiene que afeitarse, use solo una rasuradora eléctrica. Deje de usarla si se le irrita la piel.

- No se coloque ninguna cinta sobre la piel tratada.
- No permita que la piel tratada entre en contacto con temperaturas extremadamente altas o bajas. Esto incluye bañeras de hidromasaje, botellas de agua, compresas calientes y compresas de hielo.
- Si no tiene ninguna reacción cutánea durante el tratamiento, puede nadar en una piscina con agua con cloro. Sin embargo, asegúrese de enjuagarse el cloro inmediatamente después de salir de la piscina.
- Evite broncearse o quemarse la piel durante el tratamiento y por el resto de su vida. Si va a exponerse al sol, use un bloqueador solar sin ácido paraminobenzoico (PABA), con un factor de protección solar (FPS) de 30 o superior. También use ropa holgada que le cubra en la mayor medida posible.

## **Fatiga**

La fatiga es una sensación de cansancio o debilidad, de no querer hacer las cosas, de no poder concentrarse, de sentirse más lento de lo habitual. Puede tener fatiga entre 4 y 6 semanas después de finalizar el tratamiento. La fatiga puede variar de leve a intensa. Puede durar varios meses después de que termine su tratamiento.

Existen muchos motivos por los cuales posiblemente

presente fatiga durante el tratamiento, como los siguientes:

- Los efectos de la radiación en el cuerpo.
- El ir y venir a sus tratamientos.
- No dormir de forma suficiente y reparadora por la noche.
- No comer suficiente proteína y calorías.
- Tener dolor u otros síntomas.
- Sentir ansiedad o depresión.
- Tomar ciertos medicamentos.

Quizás descubra que la fatiga es peor en determinados momentos del día. A continuación hay sugerencias para ayudarle a lidiar con la fatiga.

## **Maneras de hacer frente a la fatiga**

- Si trabaja y se siente bien, siga haciéndolo. Sin embargo, es posible que trabajar menos aumente su energía.
- Planifique sus actividades diarias. Elija las cosas que sean necesarias y más importantes para usted y hágalas cuando tenga más energía. Por ejemplo, podría ir a trabajar pero no hacer las tareas del hogar o ver el evento deportivo de su hijo pero no salir a

cenar.

- Planifique tiempo para descansar o tomar siestas cortas (de 10 a 15 minutos) durante el día, especialmente cuando sienta más cansancio. Si duerme siesta, intente dormir menos de 1 hora cada vez.
- Intente dormir al menos 8 horas cada noche. Esto quizás sea más sueño del que necesitaba antes de comenzar la radioterapia. También es posible que le venga bien ir a la cama más temprano y levantarse más tarde en la mañana. Una forma de dormir mejor durante la noche es estar activo durante el día. Por ejemplo, si puede hacer ejercicio, podría salir a caminar, hacer yoga o andar en bicicleta. Otra manera de dormir mejor en la noche es relajarse antes de ir a la cama. Podría leer un libro, armar un rompecabezas, escuchar música o dedicarse a pasatiempos que sean tranquilizadores.
- Pida a familiares y amigos que le ayuden con cosas como las compras, la cocina y la limpieza. Consulte con su compañía de seguros para ver si cubre servicios de atención a domicilio.
- Algunas personas tienen más energía cuando hacen ejercicio. Pregunte al médico si puede hacer ejercicio ligero, como caminar, estiramiento o yoga.

- Coma alimentos y beba líquidos con alto contenido proteico y calórico. Pida a un enfermero el recurso *La alimentación apropiada durante su tratamiento contra el cáncer* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment)).
- Otros síntomas, como dolor, náuseas, diarrea, dificultad para dormir o sentirse deprimido o ansioso, pueden aumentar la fatiga. Pida ayuda al enfermero u oncólogo de radioterapia con cualquier otro síntoma que tenga.

## Otros efectos secundarios

Puede que tenga otros efectos secundarios. El oncólogo de radioterapia o el enfermero los analizará con usted.

---

---

---

## Salud sexual

Es posible que tenga inquietudes en cuanto a los efectos del cáncer y del tratamiento sobre su sexualidad. Usted no es radioactivo. No hay manera de que transmita radiación a ninguna persona, así que es seguro tener contacto con otras personas.

Puede tener una vida sexual activa durante la radioterapia, salvo que el oncólogo de radioterapia le dé



otras instrucciones. Sin embargo, si usted o su pareja pueden tener hijos, debe utilizar anticonceptivos para prevenir el embarazo durante su tratamiento.

La Sociedad Americana contra el Cáncer cuenta con excelentes recursos sobre problemas de salud sexual durante el tratamiento contra el cáncer. El recurso para hombres se llama *Sex and the Man with Cancer (El sexo y el hombre con cáncer)*. El recurso para mujeres se llama *Sex and the Woman with Cancer (El sexo y la mujer con cáncer)*. Puede buscarlos en [www.cancer.org](http://www.cancer.org) o llamar al 800-227-2345 y pedir un ejemplar.

MSK tiene un Programa de Salud Sexual para ayudar a las personas a enfrentar el impacto de sus enfermedades y tratamientos sobre la salud sexual. Puede hablar con un especialista antes, durante y después de su tratamiento.

- Programa de Medicina Sexual Femenina y Salud de la Mujer: llame al 646-888-5076 para concertar una cita.
- Programa de Medicina Sexual y Reproductiva Masculina: llame al 646-888-6024 para concertar una cita.

## **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](http://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](http://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 tratamiento**

Después de que finalice el tratamiento, tendrá citas de seguimiento regulares con el oncólogo de radioterapia. Se le realizará una tomografía computarizada antes de cada una de estas citas. Su oncólogo de radioterapia utilizará las imágenes de las tomografías computarizadas para ver cómo responde su cuerpo al

tratamiento.

Si tiene preguntas o inquietudes, hable con el oncólogo de radioterapia o con el enfermero de radioterapia.

### **Efectos secundarios tardíos**

La radiación puede causar cambios permanentes en la zona de tratamiento. Es posible que meses después de su tratamiento tenga tos, dificultad para respirar o dolor en las costillas. Si es así, dígaselo al médico. Es importante que acuda a su cita de seguimiento para que su oncólogo de radioterapia y su enfermero puedan detectar estos efectos secundarios.

### **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.

## **Recursos**

Muchos de los recursos indicados en esta guía pueden encontrarse en Internet. Si no tiene computadora o si no sabe cómo usar Internet, consulte en la biblioteca pública o un centro comunitario local.

### **Servicios de apoyo de MSK**

#### **Centro de Orientación**

[www.msk.org/counseling](http://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 referencia a su proveedor de cuidados de la salud o llame al número que se proporcionó anteriormente.

## **Programa de Medicina Sexual Femenina y Salud de la Mujer**

646-888-5076

El cáncer y los tratamientos contra el cáncer pueden afectar su salud sexual, su fertilidad o ambas. Nuestro [Programa de Medicina Sexual Femenina y Salud de la Mujer](#) puede ayudar con problemas de salud sexual, como menopausia prematura o problemas de fertilidad. Podemos ayudarle antes, durante o después de su tratamiento. Llame para obtener más información o para programar una cita.

## **Servicio de Medicina Integral**

[www.msk.org/integrativemedicine](http://www.msk.org/integrativemedicine)

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. Para programar una cita para usar estos servicios, llame al 646-449-1010.

Puede programar una consulta con un proveedor de cuidados de la salud en el Servicio de Medicina Integral. Ese profesional trabajará con usted para diseñar un plan para tener un estilo de vida saludable y hacer frente a los efectos secundarios. Para programar una cita, llame al 646-608-8550.

## **Programa de Medicina Sexual y Reproductiva Masculina**

646-888-6024

El cáncer y los tratamientos contra el cáncer pueden afectar su salud sexual, la fertilidad o ambas. Nuestro [Programa de Medicina Sexual y Reproductiva Masculina](#) puede ayudar a hacer frente a problemas de salud sexual, como la disfunción eréctil. Podemos ayudarle antes, durante o después de su tratamiento. Llame para obtener más información o para programar una cita.

## **Servicios de Nutrición**

[www.msk.org/nutrition](http://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 referencia a un integrante de su equipo de atención o llame al número que se proporcionó anteriormente.

## **Programa de Recursos para la Vida Después del Cáncer (RLAC)**

646-888-8106

En MSK, la atención no termina después de su tratamiento. El programa RLAC es para los pacientes que hayan terminado con el tratamiento y para sus familias.

Este programa cuenta con muchos servicios. Ofrecemos seminarios, talleres, grupos de apoyo y asesoramiento sobre la vida después del tratamiento. También podemos ayudar con problemas de seguros y empleo.

## **Programa de Tratamiento del Tabaquismo**

[www.msk.org/tobacco](http://www.msk.org/tobacco)

212-610-0507

MSK cuenta con especialistas que pueden ayudarle a dejar de fumar. 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.

## **Recursos externos**

### **Sociedad Americana contra el Cáncer (ACS)**

[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

800-ACS-2345 (800-227-2345)

Ofrece una variedad de información y servicios, incluido Hope Lodge, el cual brinda alojamiento gratuito a pacientes y cuidadores durante el tratamiento contra el cáncer.

### **American Society for Therapeutic Radiology and Oncology**

[www.rtanswers.org](http://www.rtanswers.org)

800-962-7876

Grupo de profesionales en oncología radioterápica que se especializa en el tratamiento de pacientes con radioterapia. Ofrece información detallada sobre el tratamiento del cáncer con radiación y detalles de contacto de oncólogos de radioterapia cerca de usted.

### **CancerCare**

[www.cancercare.org](http://www.cancercare.org)

800-813-HOPE (800-813-4673)

275 7<sup>th</sup> Ave. (entre la calle West 25<sup>th</sup> y la calle 26<sup>th</sup>)

New York, NY 10001

Brinda asesoramiento, grupos de apoyo, talleres educativos, publicaciones y asistencia financiera.

### **Cancer Support Community**

[www.cancersupportcommunity.org](http://www.cancersupportcommunity.org)

Ofrece apoyo y educación a personas afectadas por el cáncer.

### **Servicio de Información sobre el Cáncer del Instituto Nacional del Cáncer (NCI)**

[www.cancer.gov](http://www.cancer.gov)

800-4-CANCER (800-422-6237)

Ofrece educación y apoyo a personas con cáncer y sus familias. Las publicaciones se encuentran disponibles en línea e impresas.

## **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](http://www.mskcc.org/pe) y busque en nuestra biblioteca virtual.

---

Stereotactic Body Radiation Therapy (SBRT) to the Chest - Last updated on April 22, 2023

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