

Cuidados Específicos en TRATAMIENTO CON RADIOTERAPIA EXTERNA EN TUMORES DE PRÓSTATA

CUIDADOS DE LA PIEL

- La **ropa** en contacto con la zona irradiada debe ser **de algodón**.
- La **higiene** de la zona a tratar se realizará **con agua tibia y gel con PH neutro**.
- En la zona de tratamiento, **no utilizar esponjas** ni frotar la piel enérgicamente y para secarla dar pequeños toques con toalla de algodón reservada solo para esa zona.
- Evite utilizar desodorantes en la zona tratada, **la enfermera** de la consulta, le **indicará que tipo de cremas hidratantes debe utilizar** durante el tratamiento.
- **Evite el calor o frío** extremos en la zona de tratamiento.
- **Si durante el tratamiento tiene picores** y molestias en la piel irradiada, **no debe rascarse** ni utilizar ningún tipo de desinfectantes ni cremas, utilice compresas de agua de manzanilla para aliviar la sensación de picor (una bolsa de manzanilla en un litro de agua) y **consúltelo con la enfermera** de la consulta de radioterapia.
- **Evite tomar el sol** directamente en esa zona durante el tratamiento.
- Durante el tratamiento, puede sentirse cansado, camine al menos 30 minutos al día, evitando las horas de temperaturas extremas.
- **Recomendaciones dietéticas:** mantener su dieta habitual incluyendo las siguientes recomendaciones ...
- Inicialmente están desaconsejadas las verduras, **excepto calabacín, calabaza, zanahoria sin piel, acelgas, espinacas, todas ellas cocidas o en puré**.
- Evitar alimentos que le ocasionen flatulencia.
- Recomendable la fruta natural sin piel.
- Otra opción es tomar la fruta cocida o, al horno, sin piel y sin azúcar añadido.
- **Evitar todo alimento integral o rico en fibra.**
- Realice cocinados sencillos (hervidos, en su jugo, plancha, vapor, horno) y **evite los fritos, rebozados, empanados y guisos**.

1. Laxantes recomendados (solo una opción):



- Parafina Liquida (tipo Emuliquen® se recomienda **tomar 1 sobre al día antes de acostarse**).



- Hidróxido de Magnesio (tipo Leche magnesiada CINFA®: se recomienda tomar **una cucharada antes de acostarse**).