

Preparación de la piel para reducir la Radiodermitis



¿Qué es la radiodermitis?

Es la irritación de la piel causada por la exposición a la radiación. Si no se maneja adecuadamente, puede provocar lesiones más profundas, dolor y molestias, e incluso requerir la suspensión temporal del tratamiento hasta la recuperación de la piel.

¿Cómo puedes preparar tu piel previo a la radioterapia?

Puedes preparar tu piel realizando una serie de cuidados específicos, complementados con una buena alimentación y hábitos saludables. A continuación, te dejamos una serie de recomendaciones que **deberás implementar al menos dos semanas antes de iniciar la radioterapia**.

Cuidados de la piel



Mantén la piel limpia y fresca.



Asea tu piel diariamente, sin hacer fricción sobre ella.



Utiliza jabones que no irriten la piel, idealmente **pH neutro o tipo Syndet**.



Utiliza una crema hidratante **una vez al día**, especialmente en la zona a irradiar.



Si el compromiso es en la zona urinaria o genital, usa diariamente en esta zona **ácidos grasos hiperzonizados**.



Utiliza diariamente **SPF 50** y aplícalo cada 2 a 3 horas en zonas expuestas a la luz.

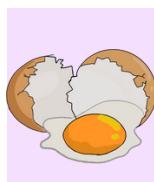
Alimentación y hábitos saludables



Consumo legumbres mezclada con cereales (arroz o fideos).



Consumo carnes blancas por ejemplo: pollo o pavo.



Consumo huevo incluyendo la clara.



Prefiere **pescados con alto contenido de omega 3**, como atún, jurel o salmón.



Mantén la hidratación, consume idealmente 2 litros de agua al día aproximadamente.



No fumes ni bebas alcohol.



Deberás seguir estas recomendaciones durante todo el tratamiento.

Síguenos en:



Versión 1 - Octubre / 2005
Educación Paciente y Familia
Dirección Corporativa de Enfermería