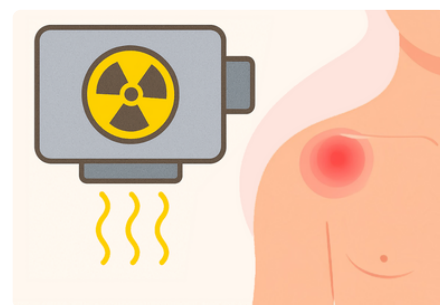


Preparación de la piel para reducir la Radiodermitis



¿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.



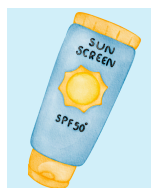
Utiliza jabones que no irriten la piel, idealmente **pH neutro o tipo Syndet**.



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 hiperozonizados**.



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

Alimentación y hábitos saludables



Consume legumbres
mezclada con cereales
(arroz o fideos).



Consume carnes
blancas por ejemplo:
pollo o pavo.



Consume 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