

Radioterapia y el cáncer de próstata

La siguiente información está basada en las experiencias generales de muchos pacientes con cáncer de próstata. Su experiencia podría ser diferente. Si tiene alguna pregunta sobre los servicios de tratamiento para el cáncer de próstata que cubre su seguro médico, por favor póngase en contacto con su proveedor médico o proveedor de seguro médico.

Este material educativo ha sido posible por una beca del Departamento de Justicia de California (California Department of Justice, Antitrust Law Section), por un litigio de fondos para beneficiar a californianos que han sido diagnosticados con cáncer de próstata y sus familias.

Por favor, tómese la libertad de leer solamente las secciones de este folleto que necesite por el momento. No necesita leer todo ahora. Puede leer el resto después.

Índice

¿Qué aprenderé al leer este folleto?	5
¿Qué es la radioterapia?	6
¿Cómo se administra la radioterapia?	8
¿Es dolorosa la radioterapia?	11
¿Se puede usar la radioterapia con otros tratamientos para el cáncer de próstata?	12
¿Qué es un radioncólogo?	14
¿Cómo planea el radioncólogo mi tratamiento?	15
¿Cuáles son los riesgos de la radioterapia?	16
¿Cuánto dura la radioterapia?	17
Radioterapia de haz externo	17
Radioterapia interna.....	18
¿Cómo me puedo cuidar durante mi tratamiento de radioterapia?	19
¿Existen efectos secundarios con la radioterapia?	23
¿Los efectos secundarios limitarán las cosas que puedo hacer?	25
¿Cómo me sentiré durante la radioterapia?	26
¿Qué es el cuidado de “seguimiento?”	28

¿Qué doctor va a encargarse de mi cuidado de seguimiento?.....	30
¿Qué debo decirle a mi doctor durante mis consultas de seguimiento?	31
¿Qué otro tipo de cuidado es posible que necesite después de la radioterapia?...32	
¿Con qué frecuencia tengo que ver al doctor después que termine la radioterapia?	33
¿Cómo puedo cuidarme después que termine mi tratamiento de radioterapia? ...34	
Consejos para hablar con su doctor	35
¿Qué tipo de información médica debo conservar?.....	36
¿Qué he aprendido al leer este folleto?	38
Palabras claves	39

¿Qué aprenderé al leer este folleto?

Es posible que usted y su doctor estén considerando utilizar la **radioterapia** como tratamiento para el cáncer de próstata. Decidir cuál es el mejor tratamiento para el cáncer de próstata es un reto. Es importante que aprenda sobre la radioterapia para que pueda elegir el tipo de radioterapia que trabajará mejor para usted. En este folleto usted aprenderá sobre lo siguiente:

- Lo que es la radioterapia
- Cuáles son los diferentes tipos de radioterapia
- Los posibles **efectos secundarios** (cambios no deseados en su cuerpo) de la radioterapia
- Cómo puede cuidarse durante y después de la radioterapia
- Qué cuidado de seguimiento necesitará una vez que termine su tratamiento de radioterapia

Es importante que piense sobre estas cosas si usted y su doctor deciden que la radioterapia es la mejor forma de tratar el cáncer de próstata.

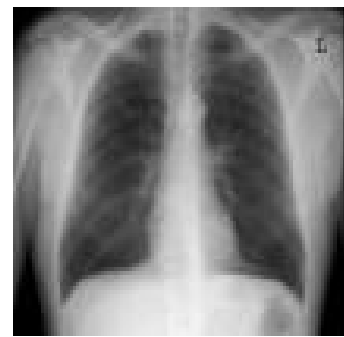
Las palabras que aparecen en **negrita** (letras más oscuras) se encuentran en la sección de “Palabras claves” al final del folleto.

¿Qué es la radioterapia?

La **radioterapia** es un tratamiento para el cáncer que usa rayos de alta energía como los rayos-X para matar las células cancerosas en su próstata y evitar que se extiendan a otras partes del cuerpo.

Hace muchos años los doctores aprendieron a usar estos rayos de energía para “ver” el interior de su cuerpo y saber si está enfermo. Probablemente haya visto **rayos-X** del pecho o placas de rayos-X de su dentadura o huesos. Estos rayos-X usan pequeñas

Imagen de rayos-X

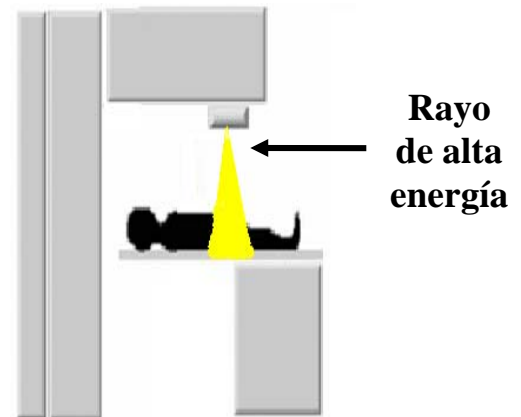


cantidades de radiación. En **dosis** (o cantidades) más altas, la radiación se puede usar para tratar el cáncer de próstata.

La radiación utilizada para el cáncer de próstata viene de:

1. Máquinas especiales que mandan dosis fijas de radiación a su cáncer de próstata desde afuera de su cuerpo. O,
2. Pequeñas semillas **radioactivas** que mandan dosis fijas de radiación a su cáncer de próstata desde adentro de su cuerpo.

Imagen de la máquina utilizada para radioterapia



La radiación puede destruir las células del cáncer o evitar que crezcan. La radioterapia se usa para:

1. Tratar el cáncer: La radiación puede curar, detener, o evitar que el cáncer de próstata crezca rápidamente. Puede ser utilizada exitosamente para tratar el cáncer de próstata.
2. Reducir los síntomas. Cuando no es posible curar el cáncer de próstata, la radiación puede usarse para reducir el tamaño de los tumores cancerosos. Cuando se usa la radiación de esta forma, puede ayudar a disminuir el dolor que siente. **(Vea el folleto de IMPACTO, “Radiación paliativa,” para más información.)**

¿Cómo se administra la radioterapia?

La radioterapia se le puede dar por **rayos externos** o radiación **interna**.

La mayoría de hombres que reciben radioterapia para el cáncer de próstata tienen

radioterapia de haz externo. Con la radioterapia de haz externo, una máquina dirige los rayos de alta energía al cáncer de próstata y una pequeña cantidad a los tejidos sanos alrededor. La máquina más

comúnmente utilizada para dar radioterapia de haz externo se llama **acelerador lineal**. La radiación externa generalmente se le administra durante una **consulta externa** al hospital o centro de tratamiento.

Las consultas externas son consultas para las cuales no necesita quedarse en el hospital o centro de tratamiento por toda la noche.

Un hombre recibiendo radioterapia para el cáncer de próstata con un acelerador lineal



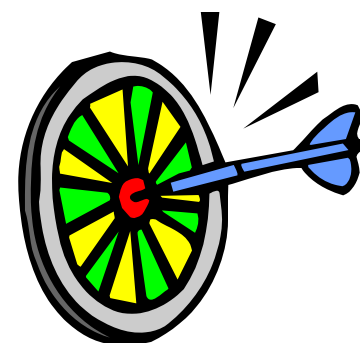
(Vea El folleto de IMPACTO, “Radioterapia de intensidad modulada y usted,” para más información.)

Existen varios tipos de radioterapia externa:

- **Radioterapia conformacional tridimensional (3D-CRT)** dirige rayos-X de alta energía al área de su próstata en donde se encuentra el cáncer.
- **Radioterapia de intensidad modulada (IMRT)** Con la IMRT su doctor usa una computadora para planear la dosis exacta de radiación que es dirigida al cáncer de próstata. La computadora usa información sobre el tamaño, forma y ubicación del cáncer de próstata para decidir cuánta radiación se necesita para destruir las células del cáncer de próstata.
- **Radioterapia guiada por imágenes (IGRT.)** Con IGRT, se colocan pequeñas semillas de oro cerca de la próstata antes de empezar su tratamiento. Su doctor usa las semillas de oro para dirigir la radiación al cáncer de próstata.

Puede ser útil pensar en la radioterapia como si fuera un juego de dardos. El cáncer de próstata es el blanco en el centro del juego.

Los dardos son los rayos de radiación utilizados para destruir las células del cáncer de próstata. El área alrededor del blanco son las células sanas que rodean el cáncer de próstata.

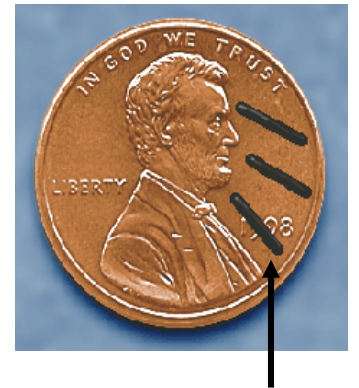


Con la radioterapia de haz externo, los doctores que se especializan en el tratamiento del cáncer utilizando la radiación, planean cuidadosamente que los dardos le peguen al blanco en cada tratamiento que tiene. A veces, a pesar de un cuidadoso planeamiento, los dardos le pegan al área que rodea el blanco. Esto puede ocasionarle efectos secundarios. A lo largo de los años, la radioterapia de haz externo se ha vuelto más precisa. Ahora los doctores pueden planear la radioterapia de forma que le den al blanco la mayoría de las veces. Al proteger el área alrededor del blanco, es posible que usted tenga menos efectos secundarios.

Cuando se utiliza la **radioterapia interna** para tratar el cáncer de próstata, la fuente de radiación se coloca adentro de su cuerpo. Este método de tratamiento se llama **braquiterapia** o **implante de semillas**. Cuando tiene braquiterapia, se colocan unas semillas pequeñas en la próstata durante una operación.

Estas semillas son más pequeñas que un grano de arroz y están hechas de un material radioactivo. Las semillas dan una fuerte dosis de radiación al cáncer de próstata. Esta radiación destruye las células del cáncer de próstata.

Tamaño de las semillas que se colocan en la próstata



Tamaño del implante

La radiación que emiten las semillas será menos cada día y se habrá terminado después de un año. Generalmente, la braquiterapia se hace durante una consulta externa. **(Para más información, vea el folleto de IMPACTO “La braquiterapia y usted.”)**

¿Es dolorosa la radioterapia?

No. La radioterapia no es dolorosa cuando se le administra, pero los efectos secundarios que podría tener a causa de la radioterapia pueden ocasionarle dolor o hacerlo sentir incómodo. La buena noticia es que hay muchas cosas que usted y su equipo de cuidado médico pueden hacer para ayudarle a lidiar con cualquier efecto secundario que tenga por el tratamiento del cáncer de próstata.

¿Se puede usar la radioterapia con otros tratamientos para el cáncer de próstata?

Si, la radioterapia se puede usar con otros tipos de tratamiento para el cáncer de próstata.

La radioterapia es un tratamiento local. Esto quiere decir que la radioterapia solamente destruirá las células cancerosas en su próstata. Cuando se utiliza la radioterapia con otro tratamiento para el cáncer de próstata se conoce como **tratamiento adyuvante** (o un tratamiento para el cáncer adicional y continúa después del tratamiento primario para el cáncer de próstata.)

La radioterapia se usa con frecuencia con la cirugía para tratar el cáncer de próstata. La radioterapia puede usarse después de la cirugía para detener el crecimiento de células cancerosas que hayan quedado en la próstata.

En algunos casos, los doctores usan la radioterapia junto con la **terapia hormonal**.

La terapia hormonal trabaja quitándole las hormonas masculinas a las células cancerosas, que son el alimento que necesitan para crecer. Esto hace que los tratamientos de radioterapia trabajen mejor. La terapia hormonal puede usarse con la radioterapia o antes de la radioterapia para encoger el cáncer de próstata.

La radioterapia también puede usarse para reducir el dolor que siente una persona cuando el cáncer de próstata se ha extendido a los huesos. Esto se conoce como **radioterapia paliativa**. La radioterapia paliativa no cura el cáncer de próstata, pero es un tratamiento muy útil para hacerlo sentir más cómodo. La radioterapia paliativa se puede usar para reducir el tamaño de los tumores y disminuir la presión, el dolor y otros **síntomas** (señales de estar enfermo) del cáncer de próstata. Al destruir las células del cáncer de próstata o hacer que crezcan más lentamente con la radiación, el dolor disminuirá. Esto puede ayudar a reducir la cantidad de medicina que toma para el dolor. Muchos pacientes de cáncer se dan cuenta que tienen mejor **calidad de vida** cuando se usa la radioterapia con este propósito (**Para más información vea el folleto de IMPACTO titulado “La radioterapia paliativa.”**)

¿Qué es un radioncólogo?

Un **radioncólogo** es un doctor que se especializa en el tratamiento de gente con cáncer. Utiliza la radioterapia como la forma principal de tratar el cáncer. Los radioncólogos trabajan de cerca con otros doctores, como urólogos o médicos generales para asegurarse que los pacientes con cáncer reciban el tratamiento más efectivo.

Su radioncólogo:

- Decidirá la dosis de radiación que usted recibirá para el tratamiento del cáncer de próstata
- Planea la forma en la que se dará el tratamiento
- Lo observa de cerca durante su tratamiento para el cáncer de próstata
- Dirige cualquier tipo de cuidado que necesite para ayudarlo a manejar los efectos secundarios que pueda tener durante y después de su tratamiento para el cáncer de próstata

Después que termine su tratamiento, su radioncólogo lo verá en citas de seguimiento. En estas citas, su radioncólogo podrá ver qué tan efectiva fue la radiación para tratar su cáncer de próstata y le ayudará con cualquier efecto secundario (cambios no deseados en su cuerpo) que pueda tener.

¿Cómo planea el radioncólogo mi tratamiento?

Después de hacerle un examen físico y de revisar su historial médico, su radioncólogo planeará su tratamiento. Su radioncólogo le dirá:

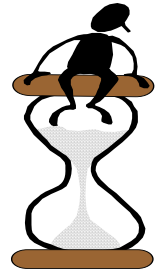
- Si es que la radioterapia interna o la de haz externo sería la mejor forma de tratar su cáncer de próstata
- La dosis de radiación que necesita para tratar su cáncer de próstata, y
- Cuánto va a durar su tratamiento

¿Cuáles son los riesgos de la radioterapia?

Las pequeñas dosis (o cantidades) de radiación que dañan o destruyen las células cancerosas en su próstata podrían también dañar o destruir células sanas. Cuando se destruyen células sanas con la radiación, usted podría tener efectos secundarios.

La mayoría de los efectos secundarios de la radioterapia se conocen bien y pueden ser tratados por su doctor o equipo de cuidado médico.

¿Cuánto dura la radioterapia?



Radioterapia de haz externo

La radioterapia de haz externo se le da cinco días a la semana por cuatro a ocho semanas. La dosis total de radiación y el número de tratamientos que necesite depende del tamaño de cáncer de próstata, su salud en general y otros tratamientos médicos que haya tenido o necesite tener.

Usar pequeñas dosis (o cantidades) de radiación al día en lugar de unas pocas dosis grandes ayuda a proteger las células sanas en el **área de tratamiento** (el lugar exacto de su cuerpo a donde



se dirige la radiación.) Los descansos durante el fin de semana ayudan a que se repongan las células sanas.

Es muy importante que tenga todos los tratamientos planeados. Si deja, pospone o deja pasar los tratamientos de radiación, es posible que la radioterapia no sea tan efectiva.

Radioterapia interna

Si tiene radioterapia interna, su radioncólogo elegirá el menor tipo de implante de semillas para tratar su cáncer de próstata. Su radioncólogo puede elegir una **dosis baja (LDR** por sus siglas en inglés) o **dosis alta (HDR** por sus siglas en inglés.) Los implantes de semillas de dosis baja se colocan en su cuerpo adentro y alrededor del cáncer de próstata. Los implantes de semillas emiten una dosis (o cantidad) de radiación. Los implantes de dosis baja se vuelven menos radiactivos cada día. Los implantes de dosis alta se colocan adentro y alrededor de su cáncer de próstata por unos minutos solamente. Después, los implantes de semillas se retiran. El tipo de implantes de semillas y la cantidad de tiempo que se quedan en su cuerpo dependerá de la dosis de radiación que necesite para tener el tratamiento más eficaz.

¿Cómo puedo cuidarme durante la radioterapia?

Todos los hombres que reciben radioterapia para el cáncer de próstata necesitan cuidarse de forma especial durante su tratamiento. Hay muchas cosas fáciles que puede hacer para cuidarse durante su tratamiento de radioterapia. Lo que haga puede ayudarle a:

- Sentirse mejor
- Lidiar con cualquier problema que pueda presentarse
- Trabajar con su doctor y equipo de cuidado médico para ayudarle a sentirse mejor

Su doctor y equipo de cuidado médico hablarán con usted sobre las cosas que puede hacer para cuidarse durante y después de su tratamiento. Cosas como:

Decirle a su equipo de cuidado médico qué medicamentos está tomando.

- Es importante que le diga a su doctor sobre todas las medicinas que toma, incluyendo las medicinas de venta libre (medicinas que compra sin receta médica) como vitaminas, medicina natural o aspirina que está tomando antes de que empiece su tratamiento. Haga una lista de todas las medicinas que está tomando y con qué frecuencia las toma.

Su doctor le dirá si tiene que dejar de tomar cualquiera de estas medicinas antes de que empiece su tratamiento de radioterapia.

Llame a su doctor o equipo de cuidado médico si tiene alguna pregunta sobre las medicinas que está tomando. Hable con su doctor o equipo de cuidado médico si comienza a tomar cualquier medicina nueva. Avísele a su doctor sobre cualquier **alergia** que tenga.

Descansar y dormir lo suficiente

- La **Fatiga** (cansancio) es un efecto secundario muy común de la radioterapia. Su cuerpo usará energía extra durante su tratamiento, y es posible que usted se sienta muy cansado. Asegúrese de descansar y dormir lo suficiente y cuando lo necesite. Planee periodos de descanso durante el día. Es muy común que la fatiga dure varias semanas o más después que termine su tratamiento.



Alimentarse sanamente

- Trate de consumir una dieta saludable durante su tratamiento de radioterapia.
- Cuide su piel en el área de tratamiento:
 - Pregúntele a su doctor o equipo de cuidado médico si puede usar jabones, lociones, medicamentos o talco en el área que se está tratando.
 - Use ropa de algodón y suelta sobre el área de tratamiento.

- No se rasque, frote o talle la piel del área del tratamiento.
- No use aplicaciones calientes o frías (almohadillas calientes, bolsas con hielo, etc.) en el área de tratamiento. Use solamente agua tibia cuando se bañe.
- Recuerde, si tiene preguntas, hable con su doctor o equipo de cuidado médico.

Planeación antes de empezar la radioterapia

- ¿Qué medicinas está tomando? Haga una lista para que pueda revisarla con su doctor.

- ¿Qué tipo de radioterapia va a tener?

- Si va a tener radioterapia de haz externo, ¿a dónde necesita ir? Anote los lugares y hora de sus citas.

Fecha de la cita	Hora de la cita	Lugar

- Si va a tener radiación interna (braquiterapia o implante de semillas,) ¿a dónde necesita ir? Anote el lugar y hora de su cita.

¿Existen efectos secundarios con la radioterapia?

Si, es posible que tenga efectos secundarios con la radioterapia. Los efectos secundarios varían de persona a persona y pueden ser diferentes de un tratamiento al siguiente. Algunas personas no tienen efectos secundarios o los tienen muy leves. La buena noticia es que hay formas de lidiar con la mayoría de los efectos secundarios.

Los efectos secundarios que tenga dependen de:

- La dosis de radiación que reciba durante su tratamiento para cáncer de próstata, y
- Su salud en general

Antes de empezar su tratamiento, su doctor y equipo de cuidado médico hablarán con usted sobre los efectos secundarios que pudiera tener, cuánto durarán y lo que usted puede hacer para sentirse mejor.

Los efectos secundarios pueden ser agudos o crónicos. **Los efectos secundarios agudos** también se conocen como “efectos secundarios iniciales.” Este tipo de efectos secundarios se presentan al poco tiempo de que comienza el tratamiento y generalmente desaparecen unas cuantas semanas después de que termina el tratamiento de radioterapia.

Los **efectos secundarios crónicos**, también conocidos como “efectos secundarios tardíos,” pueden durar meses o años en presentarse después de que termine su tratamiento de radioterapia. Estos efectos secundarios no desaparecen.

Los efectos secundarios más comunes de la radioterapia de haz externo son la fatiga (cansancio) y cambios en la piel. Es posible que su piel se ponga roja, se sienta tibia y sea sensible al tacto como si tuviera quemaduras por el sol. Otros efectos secundarios incluyen la pérdida del vello en el área **púbica** (la ingle) y la pérdida del apetito. Con la radioterapia interna, los efectos secundarios más comunes son la fatiga (cansancio) y problemas para orinar. Es posible que sienta ardor al orinar o que tenga problemas para orinar.

La buena noticia es que la mayoría de los efectos secundarios que se presentan temprano desaparecen con el tiempo. Si tiene efectos secundarios, hay formas de hacer que se sienta mejor. Si tiene un efecto secundario que es muy molesto, su doctor podría detener la radioterapia por poco tiempo o cambiar su tratamiento de alguna forma.

Asegúrese de decirle a su doctor o equipo de cuidado médico sobre cualquier efecto secundario que tenga. Ellos pueden ayudarle a tratar estos problemas y decirle cómo disminuir las posibilidades de que los efectos secundarios regresen.

¿Los efectos secundarios limitarán las cosas que puedo hacer?

Lo que pueda hacer dependerá de los efectos secundarios que tenga y qué tan molestos sean. Muchos señores pueden seguir trabajando, preparar su comida y disfrutar las actividades diarias mientras reciben radioterapia para el cáncer de próstata. Otros hombres se dan cuenta de que necesitan descansar más que antes que comenzaran la radioterapia y por eso no pueden hacer tantas actividades como antes. Es posible que su doctor le diga que limite las actividades que pudieran irritar el área púbica (ingle.) Trate de seguir haciendo las cosas que disfruta mientras no se canse demasiado.

¿Cómo me sentiré durante la radioterapia?

La mayoría de hombres que reciben tratamiento para el cáncer de próstata dicen que sienten cambios emocionales en diferentes etapas durante el tratamiento de radioterapia. No es raro sentirse ansioso, deprimido, con temor, molesto, frustrado, solo o desamparado. La radioterapia puede afectar sus emociones debido a que su cuerpo está muy agotado o por que tiene otros efectos secundarios.

Algunos hombres se dan cuenta que es útil aprender sobre su enfermedad y tratamiento porque los hace sentir menos temor del tratamiento. Aprenda lo más que quiera saber. No tenga temor de hacer preguntas. Su salud emocional es tan importante como su salud física.

Hablar con un amigo comprensivo, familiar, pastor u otro paciente podría ser útil. En el consultorio de su doctor le pueden dar una lista de grupos de apoyo para cáncer de próstata en su comunidad. En los grupos de apoyo habrá hombres que han recibido radioterapia. También puede llamar a la Sociedad Americana del Cáncer al 1-800-227-2345 o a la línea de información del Instituto Nacional del Cáncer al 1-800-422-6237 para preguntar sobre recursos disponibles en su comunidad.

Mucha gente no entiende lo que es el cáncer de próstata o el tratamiento. Puede ser que se alejen de usted porque no están seguros sobre qué decir o cómo ayudar.

Trate de ser abierto cuando hable con otras personas sobre su enfermedad, tratamiento, necesidades y sentimientos. A menudo, la gente está dispuesta a ofrecerle su apoyo. Si se fatiga fácilmente, limite sus actividades y haga solamente las cosas que tienen un mayor significado para usted.

Está bien si quiere saber sobre otros tipos de tratamiento para el cáncer de próstata u otras formas de lidiar con los efectos secundarios aparte de lo que su doctor le diga. Tal vez quiera tratar nuevos métodos para lidiar con el tratamiento y los efectos secundarios, como la meditación o ejercicios de relajación. Asegúrese de avisarle a su doctor sobre otros tratamientos, vitaminas o medicinas naturales que pueda tomar.

Recuerde, todos necesitamos algún tipo de apoyo durante tiempos difíciles. No tenga temor de pedir ayuda a su doctor o equipo de cuidado médico durante o después de su tratamiento.

¿Qué es el “cuidado de seguimiento?”

Es normal que se preocupe por su futuro después que termine su tratamiento para cáncer de próstata. Es posible que se preocupe por cómo se siente o por lo que pueda hacer para evitar que el cáncer de próstata regrese. Usted va a querer saber qué doctor va a estar a cargo de su cuidado, con qué frecuencia va a ver a su doctor para citas de seguimiento y qué estudios le van a hacer. Entender qué es lo que puede esperar después de su tratamiento para el cáncer de próstata puede ayudarle a usted y a sus seres queridos a planear su cuidado de seguimiento, hacer cambios a su vida diaria y tomar decisiones importantes relacionadas a la salud.

El cuidado de seguimiento quiere decir que va a tener revisiones médicas regulares. Durante estas citas su doctor va a revisar su historial médico y le hará un examen físico. El cuidado de seguimiento incluye exámenes de sangre y otros exámenes por imágenes de su área púbica (ingle) **Los estudios por imágenes** son utilizados por los doctores para tomar fotografías del interior de su cuerpo, como los rayos-X o un CT scan o tomografía computarizada, (también conocido como CAT scan.)

El cuidado de seguimiento es importante debido a que ayuda a su doctor a encontrar cualquier cambio en su salud. La razón principal para el cuidado de seguimiento es para revisar que el cáncer no regrese o que haga **metástasis**, que es cuando el cáncer de próstata se mueve a otra parte del cuerpo. Las citas de seguimiento son importantes también para ayudarle a lidiar con cualquier efecto secundario que pueda tener por la radioterapia.

Todos los hombres que reciben tratamiento para el cáncer de próstata deben tener cuidado de seguimiento.

¿Qué doctor va a encargarse de mi cuidado de seguimiento?

La mayoría de los hombres ven al radioncólogo para sus citas regulares de seguimiento. Otros ven al urólogo o doctor regular. Su cuidado de seguimiento dependerá de otros tratamientos que haya tenido o que pueda necesitar.

¿Qué debo decirle a mi doctor durante mis consultas de seguimiento?



En cada cita debe de hablar con su doctor sobre cualquier:

- Síntoma (señal de estar enfermo) que tenga
- Dolor que lo incomode
- Problemas que eviten que haga sus actividades diarias, como **fatiga** (cansancio); problemas con la **vejiga**, problemas **intestinales**, o su habilidad para tener relaciones sexuales; problemas para dormir; y aumento o pérdida de peso
- Medicinas, vitaminas o hierbas que toma, así como otros tratamientos que esté usando
- Preocupaciones emocionales que pueda tener, como **ansiedad** o **depresión**

Es importante que se mantenga alerta sobre los cambios en su salud y que le diga a su doctor sobre estos cambios. Su doctor le dirá si estos cambios son ocasionados por el cáncer de próstata, la radioterapia u otro problema de salud.

¿Qué otro tipo de cuidado podría necesitar después de la radioterapia?

Así como cada paciente es diferente, el cuidado de seguimiento para cada hombre también es diferente. Su doctor le dará citas y ordenará los exámenes que necesite para asegurarse que está recibiendo el mejor cuidado de seguimiento posible. No tenga temor de preguntar sobre cualquier examen o tratamiento que su doctor ordene. Trate de aprender sobre las cosas que necesita hacer para cuidarse.



Las siguientes son algunas preguntas que puede hacerle a su doctor después que termine la radioterapia:

- ¿Con qué frecuencia tengo que venir a revisión?
- ¿Por qué necesito hacerme más rayos-X, **CT scans**, análisis de sangre, etc.?
- ¿Qué información pueden dar estos exámenes?
- ¿Cómo y cuándo va a saber si estoy curado del cáncer de próstata?
- ¿Cuáles son las probabilidades de que el cáncer de próstata regrese?
- ¿Cuándo puedo volver a hacer mis actividades normales, como el trabajo, actividad sexual, deportes?
- ¿Necesito seguir una dieta especial?

- ¿Debo hacer ejercicio?

¿Con qué frecuencia tengo que ver al doctor después que termine la radioterapia?

Generalmente, los hombres que reciben radioterapia para el cáncer de próstata regresan a ver a su doctor para citas de seguimiento cada tres o cuatro meses por dos a tres años después que termina el tratamiento. Después de esto, regresan a ver al doctor una o dos veces al año.

¿Cómo puedo cuidarme después que termine mi tratamiento de radioterapia?

Usted necesita seguir las indicaciones que su doctor y equipo de cuidado médico le hayan dado para cuidarse hasta que desaparezcan los efectos secundarios. Por ejemplo, es posible que tenga problemas en la piel por varias semanas después que haya terminado el tratamiento para el cáncer de próstata. Debe de seguir cuidando la piel en el área púbica (ingle) hasta que sane. No trate de quitar las marcas que tenga en el área de tratamiento. Su doctor o equipo de cuidado médico pueden responder cualquier pregunta que tenga sobre el cuidado de su piel y le pueden ayudar con otras inquietudes que tenga después que haya completado su tratamiento.

Puede ser que note que sigue necesitando descansar más tiempo aún después que haya terminado la radioterapia. Esto es debido a que los tejidos sanos están recuperándose y reconstruyéndose. Trate de descansar lo más que pueda. Es posible que le tome tiempo recuperar su fuerza. Comience a hacer sus actividades diarias poco a poco. Si siente que necesita apoyo emocional o social, pregúntele a su doctor o equipo de cuidado médico sobre grupos de apoyo u otras formas de expresar sus sentimientos e inquietudes. También puede llamar a la Sociedad Americana del Cáncer al 1-800-227-2345 o a la línea de información del Instituto Nacional del Cáncer al 1-800-422-6237 para preguntar sobre recursos disponibles en su comunidad.

Consejos para hablar con su doctor

Estos consejos pueden ayudarle a recordar la información sobre la que usted y su doctor hablan durante sus citas:

- Antes de su cita, haga una lista de preguntas que quiera hacerle a su doctor.
- Pídale a un familiar o amigo que lo acompañe cuando hable con su doctor.

Algunas personas se ponen muy nerviosas cuando tienen citas con el doctor.

A veces, uno no puede recordar todo lo que habló con el doctor. Un familiar o amigo puede ayudarle a recordar lo que usted y su doctor hablaron.

- Usted, o la persona que lo acompañe podría tomar apuntes durante la cita.
- Pídale a su doctor que hable más despacio si necesita más tiempo para escribir sus notas.
- Tal vez quiera preguntarle a su doctor si puede usar una grabadora durante su cita. Tome apuntes de la grabación después de su cita. De esta forma, puede revisar lo que habló con su doctor cuantas veces quiera.

¿Qué tipo de información médica debo conservar?

Es importante que conserve una copia de su expediente del tratamiento de cáncer de próstata. Es posible que no vea siempre al mismo doctor para su cuidado de seguimiento, y tener esta información para compartirla con otro doctor puede ser muy útil. La siguiente es una lista de información médica que debe conservar.

- Los resultados de cualquier examen que le hayan hecho como el **antígeno prostático específico (PSA por sus siglas en inglés.)** Un examen de PSA es un análisis de sangre que muestra si es que tiene cáncer.
- La fecha en la que supo que tiene cáncer de próstata.
- Información de los tipos de tratamiento que tuvo para el cáncer de próstata, incluyendo:
 - Los lugares y fechas donde tuvo tratamiento
 - Qué tipo de tratamiento tuvo, como radioterapia interna o de haz externo, y
 - Todas las medicinas que tomó antes, durante y después de su tratamiento para cáncer de próstata.
- La información de todos sus doctores y otros miembros de su equipo de cuidado médico que le ayudaron con su tratamiento para cáncer de próstata y cuidado de seguimiento.
- Cualquier efecto secundario o problema que haya tenido durante y después de su tratamiento para cáncer de próstata.

- Cualquier tipo de **cuidado adicional** que haya tenido durante su tratamiento.

Cuidado adicional es tratamiento que se da para mantener, controlar o hacer que los efectos secundarios disminuyan y mejorar su vida. Por ejemplo, medicina para el dolor o **náuseas** (una sensación incómoda en la parte de atrás de la garganta y estómago que puede ocasionar vómito), apoyo emocional y suplementos alimenticios.

Recuerde, usted tiene el derecho de tener copias de todos sus documentos médicos y las placas de rayos-X, así como cualquier otra información sobre su cuidado médico y tratamiento. Es una buena idea hacer dos copias de su información médica y guardarla en carpetas. Guarde una carpeta en casa y lleve una a sus citas médicas.

Cada vez que tenga que ir con un doctor diferente, es importante que le haga saber sobre su cáncer de próstata y cualquier tratamiento que haya tenido.

¿Qué he aprendido al leer este folleto?

En este folleto, usted aprendió sobre:

- La radioterapia
- Los tipos de radioterapia
- Los posibles **efectos secundarios** de la radioterapia,
- Cómo puede cuidarse durante y después de la radioterapia
- Y, qué cuidado de seguimiento necesitará una vez que su tratamiento de radioterapia haya terminado

Si tiene alguna pregunta, por favor hable con su doctor o equipo de cuidado médico. Es importante que entienda lo que está pasando con su tratamiento. Este conocimiento le ayudará a cuidarse mejor y a sentirse con más control para que pueda aprovechar al máximo su tratamiento.

Palabras Claves

Acelerador lineal: una máquina que dirige rayos-X de alta energía al cáncer de próstata cuando se tiene radioterapia de haz externo.

Alergia: es cuando su cuerpo reacciona de una forma negativa a algo que es normalmente inofensivo como medicinas, ciertos alimentos, plantas o animales.

Ansiedad: estado de preocupación y nerviosismo.

Antígeno prostático específico (PSA por sus siglas en inglés.) un examen de sangre usado para medir una proteína producida por la glándula prostática, que muestra si hay cáncer.

Área púbica: el área de la ingle.

Braquiterapia (o implante de semillas): un tipo de radioterapia que trabaja desde adentro de su cuerpo para destruir las células del cáncer.

Calidad de vida: su satisfacción personal con las condiciones en las que vive.

Cansancio: fatiga física o mental.

CAT Scan (también conocido como CT Scan): una máquina especial de rayos-X que toma fotografías de su cuerpo de diferentes ángulos a la vez.

Consultas externas: visitas al hospital o centro de tratamiento para las cuales no necesita quedarse por la noche.

CT Scan (también conocido como CAT Scan o tomografía computarizada):

una máquina especial de rayos-X que toma fotografías de su cuerpo de diferentes ángulos a la vez.

Cuidado adicional: tratamiento que se da para mantener, controlar o hacer que los efectos secundarios que la persona tiene disminuyan y mejorar su vida.

Depresión: un estado de tristeza o poco ánimo.

Dosis: cantidad de medicina.

Efectos secundarios: cambios no deseados en su cuerpo que pueden ocurrir durante o después del tratamiento para cáncer de próstata.

Efectos secundarios agudos (o efectos secundarios iniciales): efectos secundarios que se presentan al poco tiempo de que comienza el tratamiento y generalmente desaparece unas cuantas semanas después de que termina el tratamiento de radioterapia.

Efectos secundarios crónicos (o efectos secundarios tardíos): efectos secundarios que aparecen meses o años después de que termine su tratamiento y generalmente son permanentes.

Efectos secundarios iniciales (efectos secundarios agudos): efectos secundarios que se presentan al poco tiempo de que comienza el tratamiento y generalmente desaparece unas cuantas semanas después de que termina el tratamiento de radioterapia.

Efectos secundarios tardíos (o efectos secundarios crónicos): efectos secundarios que aparecen meses o años después de que termine su tratamiento y generalmente son permanentes.

Estudios por imágenes: formas utilizadas por los doctores para tomar fotografías del interior del cuerpo. Algunas de estas fotografías son rayos-X y CT scans.

Fatiga: cansancio mental o físico.

IGRT (radioterapia guiada por imágenes): un tipo de radioterapia de haz externo, en donde se colocan pequeñas semillas de oro cerca de la próstata para que la radiación se pueda dirigir al cáncer de próstata.

Implante de semillas: un tipo de radioterapia que trabaja desde adentro del cuerpo para destruir las células cancerosas de la próstata.

Implante de dosis alta (HDR por sus siglas en inglés): un tipo de braquiterapia o implante de semillas que le da una dosis alta de radiación al cáncer de próstata pero que no se queda en su cuerpo.

Implante de dosis baja (LDR por sus siglas en inglés): un tipo de braquiterapia o implante de semillas que le da una pequeña cantidad de radiación al cáncer de próstata y se queda en su cuerpo.

IMRT (radioterapia de intensidad modulada): un tipo de radioterapia de haz externo donde los doctores utilizan una computadora para planear la dosis exacta (o cantidad) de radiación que se dirige al cáncer de próstata.

Medicinas de venta libre: medicinas que compra sin receta médica.

Metástasis: cuando las células del cáncer de próstata se van a otras partes del cuerpo.

Náuseas: una sensación incómoda en la parte de atrás de la garganta y el estómago que puede ocasionarle vómito.

Pérdida del apetito: cuando no tiene hambre, no quiere comer o no le encuentra sabor a la comida.

Quimioterapia: un tratamiento para el cáncer de próstata que trata todo el cuerpo con potentes medicinas anticancer para destruir las células cancerosas de la próstata.

Radioactivo: un material que emite rayos de alta o baja energía, como los rayos-X.

Radioncólogo: un doctor que se especializa en el tratamiento de personas con cáncer.

Radioterapia: un tratamiento para el cáncer que usa rayos de alta energía como los rayos-X para destruir las células cancerosas y evitar que se extiendan a otras partes del cuerpo.

Radioterapia conformacional tridimensional (3D-CRT): un tipo de radioterapia de haz externo que dirige rayos-X de alta energía al área de su próstata en donde se encuentra el cáncer.

Radioterapia de haz externo: radiación que se le da desde afuera del cuerpo para tratar el cáncer de próstata.

Radioterapia interna: radiación que se da desde adentro del cuerpo para tratar el cáncer de próstata.

Radioterapia paliativa: un tratamiento que se usa para reducir el tamaño de los tumores y disminuir la presión, el dolor y otros síntomas del cáncer de próstata.

Rayos-X: un estudio por imagen que usa radiación para tomar una fotografía del interior del cuerpo.

Síntomas: una señal de estar enfermo.

Tratamiento adyuvante: o un tratamiento adicional para el cáncer y que continúa después del tratamiento primario para el cáncer de próstata.

Vejiga: el órgano de su cuerpo que guarda la orina hasta que sale del cuerpo.