

# Efectos secundarios del tratamiento para la metástasis ósea

La radioterapia para la metástasis ósea puede provocar efectos secundarios. Un efecto secundario es una reacción negativa o no deseada al tratamiento. La mayoría de los efectos secundarios aparecen lentamente. Generalmente comienzan aproximadamente de 1 a 2 semanas después del tratamiento y duran unas pocas semanas después de que finaliza la radioterapia.

## Efectos secundarios comunes

- **Irritación de la piel.** Su piel puede presentar una irritación similar a una quemadura solar. Esto es típicamente visible después de alrededor de 2 semanas de tratamiento. Su proveedor le recomendará cremas y pomadas que pueden ayudar a aliviar la irritación.
- **Fatiga.** Es posible que se sienta extremadamente cansado, en especial en las últimas semanas de radioterapia. Puede controlar el cansancio con un régimen balanceado de descanso y ejercicio. Procure dormir 7 a 8 horas cada noche, y realice 20 a 30 minutos de ejercicio, según lo tolere.
- **Cambios en el control del dolor.** El cuerpo de cada persona responderá de manera diferente a la radioterapia. El dolor puede disminuir en pocos días, más adelante durante sus tratamientos o después de que termine el tratamiento. Los medicamentos y regímenes para el dolor pueden ayudar a controlar el dolor. El objetivo es lograr aliviar el dolor sin efectos secundarios negativos. Informe a su médico, enfermera o terapeuta si su dolor no está controlado.

## Precauciones de fractura ósea

Si el cáncer se ha diseminado a los huesos que soportan peso (columna vertebral, caderas, piernas o brazos), es posible que necesite reducir la tensión en estos huesos para reducir el riesgo de fractura. Aunque es importante mantenerse lo más activo posible, usted debe balancear el ejercicio y el descanso.

### Evite la tensión en los huesos frágiles afectados

- Pida ayuda con las tareas grandes del hogar. Tómese descansos al hacer tareas más pequeñas usted mismo.
- Reduzca la tensión en los huesos evitando sostener o transportar objetos pesados durante demasiado tiempo.
- Utilice los huesos más grandes no afectados (sanos) para las tareas, como abrir puertas pesadas.

### Mantenga una buena postura y practique la buena seguridad en el hogar

- Retire las alfombras de los pisos.
- Utilice cinta antideslizante o un tapete en la bañera y en la ducha, o una silla de ducha.
- Use zapatos que soporten sus pies.
- Tenga mucho cuidado en los pasillos mojados o en terrenos irregulares.

### Señales generales de una fractura

Una fractura podría ocurrir sin lesiones debido al debilitamiento de los huesos. Esté atento a estas señales:

- Aumento del dolor en el área.
- Sonidos chirriantes o crujidos con el ejercicio o el movimiento.
- El área sobre un hueso doloroso está enrojecida y se siente caliente.



## Cancer Centers