

101- Quais são os efeitos colaterais da radioterapia?

A intensidade dos efeitos da radioterapia depende da dose do tratamento, da parte do corpo tratada, da extensão da área radiada, do tipo de radiação e do aparelho utilizado. Geralmente aparecem na 3ª semana de aplicação e desaparecem poucas semanas depois de terminado o tratamento, podendo durar mais tempo. Os efeitos indesejáveis mais frequentes são:

- **Cansaço:** o paciente deve diminuir as atividades e descansar nas horas livres. Algumas pessoas preferem se afastar do trabalho, outras trabalham menos horas no período de tratamento.
- **Perda do apetite e dificuldade para ingerir alimentos:** é recomendável comer pouco e por mais vezes. O paciente deve ingerir alimentos leves e variar a comida para melhorar o apetite. Fazer uma caminhada antes das refeições também ajuda. Em alguns casos, a saliva torna-se mais espessa e altera o sabor dos alimentos, mas após o término do tratamento o paladar tende a melhorar.
- **Reação da pele:** A pele que recebe radiação poderá coçar, ficar vermelha, irritada, queimada ou bronzeada, tornando-se muito seca. É importante informar ao médico, durante as consultas de revisão, qualquer das seguintes situações: febre igual ou acima de 38°C, dores, assaduras e bolhas, secreção na pele. Alguns cuidados podem reduzir essas sensações:
 - Lavar a área com água e sabão, e enxugar com uma toalha macia, sem esfregar;
 - Não usar na área em tratamento produtos compostos por cremes, loções, talcos, desodorantes, perfumes, medicações ou qualquer outra substância não autorizada pelo médico. Isso pode piorar a reação provocada pela radioterapia;

–Utilizar qualquer tipo de curativo na pele (como gaze ou *band-aid*) apenas com a orientação médica;

–Não aplicar bolsas de água quente ou gelo no local da lesão, não fazer uso de saunas, banhos quentes, lâmpadas solares ou qualquer outro material sobre a pele em tratamento;

–Proteger a pele da luz solar até um ano depois do fim do tratamento, usando protetor solar recomendado por dermatologista e se proteger com blusas ou camisetas.

–Evitar o uso de roupas apertadas, sutiãs, camisas com colarinhos, calças jeans etc..

–Não usar tecidos sintéticos do tipo *nylon*, *lycra* ou tecidos mistos com muita fibra sintética. A roupa deve ser feita de algodão.