

# Instrucciones de alta en caso de tumor cerebral

A usted le han diagnosticado un tumor cerebral. Se trata de un crecimiento anormal y descontrolado de células en el cerebro. El tratamiento para los tumores cerebrales puede incluir cirugía, quimioterapia, radioterapia o una combinación de estas opciones. Asegúrese de seguir todas las instrucciones que le hayan dado sus proveedores de atención médica. Las recomendaciones que se presentan aquí son para el cuidado general.

Asegúrese de lo siguiente:

- Entender lo que puede y no puede hacer
- Asistir a sus citas de seguimiento
- Llamar a su proveedor de atención médica si tiene alguna pregunta o inquietud acerca de cualquier síntoma o cambios que note

## Cuidados en el hogar después de la cirugía

A menudo, se hace una cirugía para diagnosticar el tumor cerebral o para extirarlo parcialmente o en su totalidad. La cirugía consiste en hacer un orificio pequeño o grande en el cráneo (craneotomía). La recuperación depende de varios factores, como su estado de salud general, el tamaño y la ubicación del tumor en el cerebro y la magnitud de la cirugía. Hable con el proveedor de atención médica sobre lo que debe hacer en casa después de la cirugía. Es posible que le recomiendan lo siguiente:

- Aumente su actividad de manera gradual.
- No conduzca hasta que el proveedor de atención médica le diga que puede hacerlo.
- Si tiene puntos o grapas, pregunte cuándo se los quitarán.
- Cuide la incisión y cambie los vendajes según lo que le indicaron.
- Dúchese o báñese según las indicaciones del equipo de atención médica. Cuando el equipo se lo permita, puede lavarse el pelo con jabón suave. Seque la zona de la cirugía dando palmaditas. No aplique aceites, talcos, lociones ni cremas sobre la incisión.
- No levante nada pesado hasta que le indiquen que puede hacerlo.
- Tome los medicamentos exactamente como se le ha indicado. Llame a su proveedor de atención médica si tiene efectos secundarios. No deje de tomar los medicamentos.
- Compruebe los medicamentos que puedan indicarle que use en su casa. Es posible que ya los tenga. Procure no tomar una dosis extra de los medicamentos.
- Es posible que tenga que dejar de tomar gradualmente ciertos medicamentos, como los esteroides y los anticonvulsivos. Asegúrese de recibir indicaciones claras de su proveedor de atención médica.

# Cuidados en el hogar después de la quimioterapia

Los efectos secundarios de la quimioterapia dependen de los tipos de medicamentos que se usen, las dosis y la forma de administración. Hable con el proveedor de atención médica sobre lo que debe hacer en su hogar después de la quimioterapia para tratar un tumor cerebral. Es probable que le recomiendan lo siguiente:

## Prevenga las lesiones en la boca

Muchas personas tienen llagas en la boca durante la quimioterapia. No se desanime si a usted también le ocurre esto, aun cuando esté siguiendo todas las instrucciones del proveedor de atención médica. Haga lo siguiente para ayudar a prevenir las llagas en la boca o aliviar las molestias:

- Cepíllese los dientes con un cepillo de cerdas suaves después de cada comida.
- No use hilo dental si su recuento de plaquetas es bajo porque tendrá un mayor riesgo de hemorragia. Su proveedor de atención médica le dirá si este es su caso.
- Use un hisopo bucal o un cepillo especial suave si le sangran las encías durante el cepillado normal.
- Use el enjuague bucal que le hayan dado según le indiquen.
- Use sal y bicarbonato de sodio para lavarse la boca. Mezcle 1 cucharadita de sal y 1 cucharadita de bicarbonato de sodio con un cuarto de galón (aproximadamente 1 litro) de agua. Enjuague y escupa con la frecuencia que desee.
- Busque manchas blancas dentro de la boca o en la lengua. Puede ser un indicio de infección causada por hongos, un efecto secundario común de la quimioterapia. Asegúrese de informar al proveedor de atención médica sobre estas manchas. Tal vez necesite medicamentos para ayudarlo a combatir la infección.

## Cómo manejar otros efectos secundarios

- Es normal sentirse cansado. Pregúntele a su proveedor de atención médica si puede hacer ejercicio. El ejercicio lo mantiene fuerte y le mantiene activos el corazón y los pulmones. También ayuda a que sienta menos agotamiento físico. Trate de caminar todos los días.
- Hágale saber a su proveedor de atención médica si tiene fiebre o le duele la garganta. Puede que tenga una infección que requiera tratamiento.
- Recuerde que muchos pacientes se sienten enfermos y pierden el apetito durante el tratamiento. Coma pequeñas cantidades de comida varias veces al día para mantenerse fuerte:
  - Escoja alimentos suaves con poco sabor u olor si reacciona de forma adversa a la comida.
  - Asegúrese de cocinar bien todos los alimentos. Esto mata las bacterias y ayuda a prevenir infecciones.
  - Consuma alimentos blandos. Es menos probable que los alimentos blandos causen irritación en la boca, la garganta y el estómago.

- Manténgase limpio. Durante el tratamiento, su cuerpo no puede luchar muy bien contra los microbios:
  - Lávese las manos a menudo con agua potable y jabón. Asegúrese de lavarse las manos después de ir al baño y antes de comer.
  - Tome baños de tina cortos o duchas con agua tibia. Evite el agua muy fría o muy caliente.
  - Use jabón humectante. El tratamiento puede resecer mucho la piel.
  - Use loción varias veces al día para aliviar la piel reseca.

## Cuidados en el hogar después de la radioterapia

Esto es lo que debe hacer en el hogar después de la radioterapia por un tumor cerebral:

### Cuidado de la piel

- No se frote ni use jabón en la zona tratada.
- Pregúntele a su equipo de terapia qué jabones, champú y loción puede usar.
- Evite el sol en las zonas tratadas. Pregunte a su equipo de terapia acerca del uso de protector solar.
- No se quite las marcas de tinta, a menos que el radioterapeuta se lo permita. No se frote ni use jabón en las marcas cuando se lave. Aplique agua y luego seque con una toalla dando toques suaves.
- Proteja la piel del frío o del calor. Evite jacuzzis, saunas, compresas calientes y compresas frías.

### Otros cuidados en el hogar después del tratamiento

- Compre y guarde alimentos fáciles de preparar.
- Coma alimentos ricos en proteínas y calorías.
- Beba suficiente cantidad de agua y de otros líquidos, a menos que le indiquen lo contrario.
- Consulte con su proveedor de atención médica antes de tomar vitaminas, minerales, hierbas o suplementos.
- Prepárese para la caída del cabello en la zona tratada. Algunas personas optan por una peluca o un pañuelo.

## Cuándo llamar al proveedor de atención médica

Llame al proveedor de atención médica de inmediato si tiene cualquiera de los siguientes síntomas:

- Signos de infección alrededor de la incisión quirúrgica. Estos signos incluyen enrojecimiento, supuración, calor, o dolor.

- Incisión que se abre o se desgarra
- Confusión o alucinaciones
- Desmayos o pérdida del conocimiento
- Pérdida de la memoria o dificultad para hablar
- Visión doble o borrosa; pérdida parcial o total de la visión
- Adormecimiento, hormigueo o debilidad en la cara, los brazos, las manos, las piernas o los pies
- Rigidez en el cuello
- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior, o según lo que le indique el proveedor de atención médica
- Escalofríos
- Mucha sensibilidad a la luz (fotofobia) o dolor de cabeza intenso
- Convulsiones
- Problemas para controlar los intestinos o la vejiga
- Dolor de cabeza persistente o que empeora
- Cansancio extremo (fatiga)
- Náuseas, vómitos o diarrea persistentes
- Sarpullido nuevo
- Cualquier dolor, calor, enrojecimiento o hinchazón de la parte inferior de las piernas o las pantorrillas. Estos podrían ser signos de un coágulo de sangre.
- Tos reciente o falta de aire
- Dolor de garganta o manchas blancas en la boca
- Dolor o ardor al orinar
- Dolor nuevo o incontrolable