

Este folleto es para usted (el paciente), quien recibirá tratamiento con yodo radiactivo, una forma radiactiva de yodo. Incluye instrucciones especiales para que usted las siga cuando regrese a casa después del tratamiento.

¿Por qué va a recibir tratamiento con yodo radiactivo?

Usted recibirá yodo radiactivo porque usted y su médico acordaron que este es el tratamiento más adecuado para su trastorno de la tiroides. La mayor parte de la radiación proveniente del yodo radiactivo será absorbida por la glándula tiroides e interferirá con la función de las células tiroideas. Este es el efecto médico deseado y benéfico del tratamiento. Sin embargo, parte de la radiación saldrá del cuerpo, por lo que las personas que tengan contacto físico cercano con usted podrían estar expuestas a pequeñas cantidades. No hay pruebas de que dicha exposición haya ocasionado nunca algún daño. Sin embargo, siempre se debe evitar la exposición innecesaria a la radiación.

Pregunte a su médico

La mejor fuente de información adicional acerca del tratamiento es su médico. En este folleto se enumeran algunas pautas que usted debe seguir durante cierto tiempo inmediatamente después del tratamiento (normalmente durante no más de 2 a 5 días, dependiendo del tratamiento y de las instrucciones de su médico). Usted puede decidir seguir todas o sólo algunas de las pautas sugeridas dependiendo de su situación personal. Recuerde, éstas son sólo sugerencias para ayudarle a tomar decisiones mejor informadas cuando hable con su médico sobre las dudas e inquietudes que tenga.

Usted y su médico deberán completar la lista que se encuentra en el reverso de este folleto. Esta lista le explicará los pasos que puede tomar para reducir la exposición de otras personas a la radiación proveniente del yodo radiactivo que reciba.

¿Cómo funciona el yodo radiactivo?

El yodo que ingresa al cuerpo con los alimentos se acumula en la glándula tiroides, y ésta lo utiliza para realizar su función normal, que es producir la hormona tiroidea. La glándula tiroides recibe el yodo radiactivo de la misma forma. La radiación emanada por esta forma de yodo provoca la disminución de la función de las células tiroideas e inhibe su capacidad de crecimiento. Este es el efecto médico deseado y el motivo por el que usted recibirá este medicamento. El tratamiento con yodo radiactivo es una forma de tratamiento común y bien aceptada que se ha utilizado en todo el mundo durante más de 30 años.

La mayor parte de la radiación proveniente del yodo radiactivo será recibida por la glándula tiroides. Sin embargo, los demás tejidos de su cuerpo recibirán cierta radiación adicional. No se ha demostrado que esta pequeña cantidad de radiación produzca ningún efecto adverso. ¿Por cuánto tiempo permanece el yodo radiactivo en el cuerpo? El yodo radiactivo del tratamiento permanecerán en su cuerpo sólo temporalmente. La mayor parte del yodo radiactivo que no sea captado por la glándula tiroides se eliminará durante los primeros 2 días siguientes al tratamiento. El yodo radiactivo sale de su cuerpo principalmente en la orina, pero cantidades muy pequeñas pueden salir en la saliva, en el sudor y en el excremento. La cantidad de yodo radiactivo que permanece en el tejido de la tiroides es responsable del efecto médico deseado. Sin embargo, esta cantidad también disminuye rápidamente. Esto significa que la posibilidad de que usted y otros estén expuestos a radiación se reduce con el tiempo. Al final del tratamiento, ningún yodo radiactivo permanecerá en su cuerpo.

¿Cómo se pueden exponer otras personas a la radiación proveniente del yodo radiactivo que se le administró a usted?

La exposición a la radiación proveniente del yodo radiactivo en su cuerpo durante el tratamiento es pequeña. Aunque no existen pruebas de que la radiación de esta pequeña cantidad de yodo radiactivo ocasione ningún problema, es conveniente seguir algunos pasos para minimizar la exposición a la radiactividad, independientemente de lo pequeña que sea. Si usted sigue algunas precauciones sencillas durante los primeros días después del tratamiento (como se explica a continuación), podrá reducir o eliminar la posibilidad de exponer a otras personas a la radiación.

Hay tres principios básicos que debe recordar.

1. **Distancia:** Cuanto mayor sea la distancia entre usted y otras personas, menor será la radiación que éstas reciban. Incluso un aumento de unos cuantos metros en la distancia reducirá la exposición considerablemente. Por lo tanto, trate de no permanecer en contacto cercano con otras personas durante más tiempo que el necesario.
2. **Tiempo:** La exposición de otras personas a la radiación depende de cuánto tiempo permanezca cerca de ellos. Debe tratar de minimizar el tiempo que esté en contacto cercano con otras personas.
3. **Higiene:** La buena higiene minimiza la posibilidad de que otras personas se contaminen con el yodo radiactivo que sale de su cuerpo. Como la mayor parte del yodo radiactivo sale del cuerpo en la orina, la posibilidad de contaminación se reducirá con una buena higiene al usar el excusado, así como con el lavado cuidadoso y meticuloso de las manos.

Pautas importantes para ayudarle a aplicar estos principios básicos:

Su médico es quien mejor puede recomendarle qué pautas que son importantes para usted y por cuánto tiempo debe seguirlas. No dude en pedir más información a su médico.

- Duerma solo durante los primeros días después del tratamiento. Durante este periodo, evite besar y el contacto sexual. Evite también el contacto físico prolongado, particularmente con niños y con mujeres embarazadas: las glándulas tiroideas de los niños y de los fetos son más sensibles a los efectos del yodo radiactivo que las de los adultos.
- Si tiene un bebé, o si está cuidando a alguno, su médico le puede dar las mejores indicaciones sobre cómo seguir las pautas. Probablemente usted pueda hacer todo lo necesario para cuidar a su bebé. Sin embargo, es preferible no tener al bebé demasiado cerca, como por ejemplo sentado en su regazo, durante más que un breve lapso durante los 2 primeros días después del tratamiento.
- Si ha estado amamantando a su bebé, **deberá** dejar de hacerlo, ya que el yodo radiactivo se secreta en la leche materna. Hable con su médico acerca de cuándo podrá volver a amamantar a su bebé.
- Si está embarazada, o cree que puede estarlo, informe a su médico, ya que el tratamiento con yodo radiactivo no se debe administrar durante el embarazo. Así mismo, si está planeando embarazarse, pregunte a su médico cuánto tiempo deberá esperar después del tratamiento.
- Lávese las manos con jabón y agua en abundancia cada vez que use el excusado.
- Mantenga el excusado particularmente limpio. Haga correr el agua del excusado 2 ó 3 veces después de cada uso.
- Enjuague muy bien el lavabo y la bañera después de usarlos. La buena limpieza del cuarto de baño reducirá las probabilidades de que otros se contaminen con el yodo radiactivo que se encuentre en su saliva y en su sudor.

- Beba muchos líquidos, como agua o jugo. Esto hará que orine con más frecuencia y ayudará a que el yodo radiactivo salga de su cuerpo más rápidamente, disminuyendo así la cantidad de éste en el cuerpo.
- Use utensilios de cocina separados (o desechables) durante los primeros días y lávelos por separado. Esto reducirá la probabilidad de contaminar a otros miembros de la familia con el yodo radiactivo presente en su saliva.
- Use toallas y paños para lavarse separados. Lave sus toallas de baño, sábanas y ropa interior por separado.

Importante: Tenga en cuenta que estas pautas sólo se llevan a cabo durante los **primeros pocos días** después del tratamiento. Su médico le dará detalles específicos acerca del tiempo durante el que deberá observar estas precauciones.

Una lista para usted y su médico

¿Por cuánto tiempo?

- Trate de disminuir al mínimo el tiempo que tiene contacto cercano con otras personas. _____
- Trate particularmente de minimizar el tiempo que está con mujeres embarazadas y niños pequeños. _____
- Duerma solo, si es posible. _____
- Pregunte acerca de cuánto tiempo deberá esperar antes de embarazarse después del tratamiento. _____
- Si está amamantando, pregunte cuando podrá reanudarlo. _____
- Tenga buenos hábitos de higiene. Lávese las manos meticulosamente después de cada vez que use el excusado. _____
- Beba muchos líquidos. _____
- Utilice toallas de baño separadas (lave sus toallas y su ropa interior por separado). _____
- Utilice cubiertos y platos separados (o desechables). _____