DATOS PARA LA VIDA

Linfedema

El sistema linfático

Los vasos linfáticos, al igual que los vasos sanguíneos, corren por todo el cuerpo. Llevan líquido linfático, células y otros materiales. Cuando los ganglios linfáticos del área de la axila (ganglios linfáticos axilares) se extirpan, algunos de los vasos linfáticos pueden quedar bloqueados. Esto puede evitar que el líquido se desplace del brazo o de la mano y entonces provoca hinchazón.

¿Qué es el linfedema?

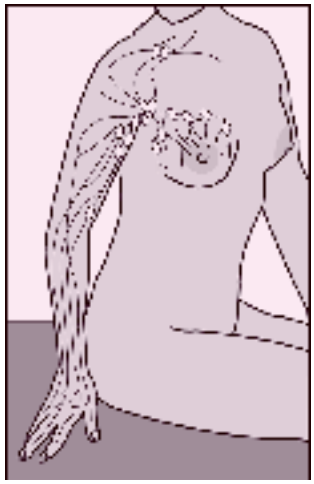
El linfedema es una acumulación del líquido linfático. Causa hinchazón del brazo o de otras partes, tales como la mano, los dedos, el pecho o la espalda. Cuando el sistema linfático se daña, se acumula líquido en el tejido del área afectada causando hinchazón.

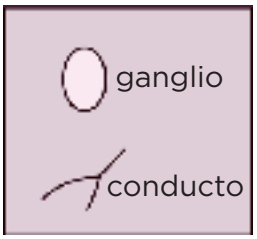
Qué debe buscar...

Si usted nota señales tempranas de linfedema, hable con su proveedor de servicios médicos. Las señales pueden incluir:

- Hinchazón del brazo o la mano
- Sensación de opresión, pesadez o amplitud en el brazo o la mano
- Sensación de opresión en la piel o engrosamiento de la piel
- Dolor o enrojecimiento del brazo o la mano
- Los anillos, relojes o brazaletes le quedan apretados
- Trastornos del sueño

Dígale a su doctor si experimenta cualquiera de estas señales o sobre cambios en su brazo tan pronto como los note





El líquido linfático se drena a través de canales. El líquido viaja de su mano a su brazo y de allí a sus ganglios axilares.

Los sobrevivientes de cáncer de seno pueden padecer linfedema como resultado de cirugía o radiación en los ganglios linfáticos axilares. Durante la cirugía de cáncer de seno, algunas veces se verifican los ganglios linfáticos en búsqueda de células de cáncer (para ver si hay cáncer O BIEN, cuánto se ha extendido el cáncer). A la mayoría de las mujeres se les hace un procedimiento llamado biopsia de ganglio centinela. Dicho procedimiento extirpa menos ganglios linfáticos que la disección axilar estándar. El riesgo de padecer linfedema es menor cuando se extirpan menos ganglios linfáticos.

El linfedema puede ocurrir varias semanas después de la cirugía, a los pocos meses, o hasta después de años de haber recibido el tratamiento.

¿Quiénes corren el riesgo?

No es claro por qué algunos sobrevivientes padecen linfedema y otros no. Sin embargo, algunos factores aumentan el riesgo, incluyendo:

- Extraer quirúrgicamente un gran número de ganglios linfáticos axilares
- Radiación de los ganglios linfáticos axilares
- La combinación de tanto cirugía como radiación en los ganglios linfáticos axilares
- Tener sobrepeso
- Tener infecciones en el área después de la cirugía

Para obtener más información sobre la salud de los senos o el cáncer de seno, visite el sitio de Internet: www.komen.org o bien, llame a la línea para el cuidado de los senos (Susan G. Komen®'s breast care helpline) al 1-877-465-6636 (1-877 GO KOMEN) de lunes a viernes de 9 a.m. a 10 p.m. hora del Este.

Consejos que pueden disminuir el riesgo

No sabemos cómo se previene el linfedema. Una lesión o infección en el brazo puede desencadenarla. Lo mejor es tomar medidas para reducir el riesgo de lesión o infección. Aunque los consejos mencionados abajo no han sido probados en estudios clínicos, es posible que funcionen para algunas personas:

- Atienda las infecciones en el brazo o la mano bajo riesgo, de inmediato.
- Use guantes cuando haga los trabajos de la casa o el jardín.
- Mantenga su piel limpia y bien humectada.
- Cuando le saquen sangre, le inyecten o le tomen la presión arterial, use el brazo opuesto.
- Evite quemaduras de sol y exceso de calor de saunas, duchas calientes, bronceos y otras fuentes similares.
- No se corte la cutícula de las uñas de la mano bajo riesgo.
- Use repelente contra insectos cuando esté al aire libre.
- Evite heridas, incluyendo rasguños y moretones en su brazo bajo riesgo.
- Descanse su brazo bajo riesgo en una posición elevada (por encima del corazón o del hombro).

Tratamientos para el linfedema

Aunque no existe una cura para el linfedema, hay muchos tratamientos que pueden restaurar cierto movimiento y disminuir el dolor y la hinchazón. Averigüe si su compañía de seguros cubre el tratamiento que haya escogido.

El tratamiento estándar para el linfedema es terapia de descongestión compleja. Este tratamiento tiene como objetivo disminuir la hinchazón y la infección relacionada con el linfedema a través de la combinación de:

- Cuidados de la piel y uñas
- Compresión de vendas o mangas (las cuales aplican presión alrededor del brazo y ayudan a impulsar el líquido linfático fuera del brazo)
- Ejercicios (abriendo y cerrando el puño, por ejemplo)
- Drenaje linfático manual (un tipo especial de masaje)
- Terapia física

Otros tratamientos incluyen:

- Ejercicios de carga de pesas
- Dispositivo de compresión (una bomba conectada a una manga que se infla y desinfla para aplicar presión al brazo)
- Cirugía
- Pérdida de peso

Antes de comenzar cualquiera de estas terapias, hable al respecto con su proveedor de servicios médicos.

Recursos

National Lymphedema Network
1-800-541-3259, www.lymphnet.org

The National Cancer Institute
1-800-422-6237, www.cancer.gov

Hojas de información relacionadas en esta serie:

- Los ganglios linfáticos axilares
- Recursos para el cáncer de seno
- Cirugía de cáncer de seno

La lista de recursos está disponible solamente como una sugerencia. Esta no es una lista completa de los materiales o de la información disponible sobre el cáncer de seno. Esta información no debe ser usada para autodiagnóstico o para reemplazar los servicios de un médico profesional. Komen no respalda, recomienda, representa o da garantía alguna relacionada con la precisión, actualización, calidad o infracción de cualquier material, producto o información proporcionada por las organizaciones incluidas en la lista de recursos.

El símbolo del listón corriendo (Running Ribbon) es una marca registrada de Susan G. Komen®. ©2013 Susan G. Komen® 6/13