

El linfedema se presenta cuando el líquido linfático se acumula en el brazo (o en otras áreas como la mano, los dedos, el pecho o la espalda), ocasionando hinchazón. Usualmente se desarrolla dentro de 3 años de que se hizo la cirugía del seno. También puede presentarse poco tiempo después de la cirugía - o muchos años después del tratamiento.

Afortunadamente, a la mayoría de sobrevivientes de cáncer no les da linfedema.

El líquido linfático es transparente y contiene glóbulos blancos. El líquido linfático proveniente de tejidos y órganos pasa hacia los vasos linfáticos que recorren todo el cuerpo. Estos vasos transportan el líquido linfático a los ganglios linfáticos, en donde es filtrado. Durante el tratamiento de cáncer de seno, los ganglios linfáticos cerca del seno también pueden verse afectados.

Durante la cirugía de cáncer de seno, algunos de los ganglios linfáticos (ganglios linfáticos axilares) en la axila posiblemente se extirpen. Estos ganglios se verifican para ver si contienen células cancerosas. Cuando los ganglios se extirpan (cirugía de ganglios axilares) o reciben tratamiento con radioterapia, algunos de los vasos linfáticos pueden quedar bloqueados. Esto puede impedir que el líquido linfático se desplace de esa área.

La cirugía moderna extirpa menos ganglios linfáticos axilares que en el pasado. Por lo tanto:

- Hoy día, el linfedema es menos común que en el pasado.
- En los casos que se presenta, es menos severo en términos del impacto que tiene en el movimiento y en la apariencia del brazo.

### Qué debe buscar...

Si usted nota señales tempranas de linfedema, hable con su doctor. Algunas señales pueden incluir:

- Hinchazón del brazo o la mano (por ejemplo, quizá note que los anillos o relojes le quedan apretados)

- 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

Consulte a su doctor tan pronto note cualquiera de estas señales o sobre cambios en su brazo.

### ¿Quiénes corren el riesgo?

El linfedema se relaciona con la cirugía de ganglios axilares y con la radioterapia, pero no es claro por qué algunos sobrevivientes padecen linfedema y otros no. Entre algunos de los factores que aumentan el riesgo, se incluye:

- Un gran número de ganglios linfáticos axilares extraídos durante la cirugía
- Radioterapia en la axila
- La combinación de cirugía de ganglios axilares y radioterapia en la axila
- Un gran número de ganglios linfáticos axilares con cáncer
- Infecciones en el área después de la cirugía
- Tener sobrepeso u obesidad



Imagen por cortesía de Stanley G. Rockson, MD, Allan y Tina Neill Professor of Lymphatic Research and Medicine, Stanford School of Medicine.

Para obtener más información, visite [komen.org](http://komen.org) o bien, llame a la línea de Susan G. Komen para el cuidado de los senos al 1-877-465-6636 (1-877 GO KOMEN), de lunes a viernes de 9:00 am a 10 pm, 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. Los consejos mencionados abajo no han sido probados en estudios clínicos, pero 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

No existe una cura para el linfedema; sin embargo, los tratamientos 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 incluye 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
- Uso de un dispositivo de compresión (una bomba conectada a una manga que se infla y desinfla para aplicar presión al brazo)
- Cirugía
- Bajar de peso

Antes de comenzar cualquiera de estas terapias, hable al respecto con su doctor.

## Recursos

Susan G. Komen®  
1-877 GO KOMEN (1-877-465-6636)  
[www.komen.org](http://www.komen.org)

Lymphatic Education & Research Network  
516-625-9675  
[www.lymphaticnetwork.org](http://www.lymphaticnetwork.org)

National Lymphedema Network  
1-800-541-3259  
[www.lymphnet.org](http://www.lymphnet.org)

National Cancer Institute  
1-800-4-CANCER (1-800-442-6237)  
[www.cancer.gov](http://www.cancer.gov)

### Hojas de información relacionadas en esta serie:

- Ganglios linfáticos axilares
- 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. © 2017 Susan G. Komen® Item No. KO2063 3/17