



Esté atenta a lo siguiente

Vaya al médico si tiene:

- Hinchazón en el brazo o la mano
- Sensación de opresión, pesadez o amplitud en el brazo o la mano (puede sentir que los anillos o el reloj aprietan)
- Sensación de opresión en la piel o engrosamiento de la piel
- Dolor o enrojecimiento del brazo o la mano

Cuando se detecta a tiempo, el tratamiento puede reducir ciertos signos y síntomas. Incluso, pudiera hasta evitar que empeoren.

LINFA Y GANGLIOS LINFÁTICOS

La linfa es un líquido lechoso que contiene glóbulos blancos. La linfa de los tejidos y órganos pasa a los vasos linfáticos distribuidos por todo cuerpo. Los vasos linfáticos llevan la linfa a los ganglios linfáticos, que la filtran. Hay ganglios linfáticos en todo el cuerpo. Los ganglios linfáticos bajo el brazo (cerca del seno) se llaman ganglios axilares. A estos ganglios se les puede hacer una biopsia o pueden ser extirpados para ver si tienen células cancerosas.

¿QUÉ ES EL LINFEDEMA?

Cuando los ganglios axilares se extirpan o se someten a tratamiento con radiación, se pueden bloquear. Esto puede impedir el flujo de la linfa. Esto puede causar la hinchazón conocida como linfedema. El líquido se puede acumular en el brazo, la mano, el pecho o la espalda y causar hinchazón.

El linfedema puede ocurrir poco después de la cirugía o muchos años después del tratamiento.

La forma más común de saber si hay linfedema es medir el ancho de la parte superior e inferior del brazo. Esto debe hacerse antes de la operación quirúrgica para compararlos después. Algunos estudios muestran que revisar los ganglios en los 3 meses que siguen a la cirugía puede llevar a un diagnóstico más rápido.



Imagen cortesía de Stanley G. Rockson, MD, Profesor de Investigación y Medicina Linfática Allan y Tina Neill, Escuela de Medicina de Stanford.

¿Quiénes corren riesgo?

La cirugía moderna permite extirpar pocos ganglios axilares. Por lo que el linfedema es menos común que antes. Y los casos que ocurren son menos graves en términos del efecto en el movimiento y el aspecto del brazo.

No está claro por qué a algunas personas les da linfedema y a otras no. Los factores de aumento de riesgo son los siguientes:

- Extirpación de los ganglios axilares (mientras más ganglios se extirpen, mayor es el riesgo)
- Radiación del área de los ganglios axilares
- Extirpación de los ganglios axilares y radiación del área de los ganglios axilares
- Abundancia de ganglios axilares cancerosos
- Infecciones en el área de los ganglios axilares después de la cirugía
- Sobrepeso u obesidad

Para obtener más información, visite komen.org o bien, llame a la línea de ayuda 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 a.m. a 10 p.m., hora del Este.

Recursos

Susan G. Komen®

1-877 GO KOMEN
(1-877-465-6636)
komen.org

National Lymphedema Network

1-800-541-3259
lymphnet.org

Lymphatic Education & Research Network

516-625-9675
lymphaticnetwork.org

National Cancer Institute

1-800-4-CANCER
(1-800-442-6237)
cancer.gov

Recursos educativos relacionados:

- Preguntas para el médico - El linfedema
- Ganglios linfáticos axilares
- Cirugía de cáncer de seno

Tratamientos para el linfedema

La mayoría de los casos de linfedema son incurables. Sin embargo, el tratamiento puede mejorar el movimiento y reducir el dolor y la hinchazón.

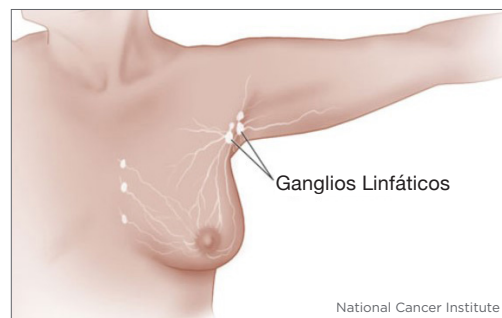
El tratamiento estándar consta de una terapia descongestiva compleja. El objetivo procura disminuir la hinchazón y la infección mediante una combinación de los siguientes factores:

- Cuidado de la piel y las uñas
- Compresión del brazo con mangas o vendajes que contribuye a expulsar la linfa del brazo.
- Ejercicios (como cerrar y abrir el puño)
- Drenaje linfático manual (tipo especial de masaje)
- Fisioterapia

También se puede hacer lo siguiente:

- Ejercicio (como levantamiento de pesas moderado)
- Compresión mecánica (manga conectada a una bomba de aire que la infla y la desinfla para comprimir el brazo)
- Cirugía
- Bajar de peso

Antes de hacer cualquiera de estos tratamientos, hable con su médico. Le recomendamos que consulte a su aseguradora para ver si paga estos tratamientos.



Recomendaciones para reducir el riesgo

Aunque no sabemos cómo prevenir el linfedema, sabemos que una lesión o una infección en el brazo pueden desencadenarlo. Por lo tanto, tome medidas para reducir el riesgo. Las siguientes recomendaciones no se han comprobado en estudios, pero pueden serles útiles a algunas personas.

- Atienda las infecciones en el brazo o la mano bajo riesgo, de inmediato.
- Use guantes para trabajar en la casa o el jardín.
- Mantenga la piel limpia e hidratada.
- 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, baños calientes, bronceados y otras fuentes similares.
- No se corte las cutículas de las uñas. Empújelas hacia atrás con un instrumento para cutículas cuando estén blandas (como después de un baño).
- Use aerosol contra insectos cuando esté al aire libre.
- Evite heridas, incluyendo rasguños y moretones en su brazo bajo riesgo.

Este contenido provisto por Susan G. Komen® está diseñado solamente con fines educativos y no es exhaustivo. Por favor consulte a su médico personal.