

Qué buscar

Consulte a su doctor si usted tiene:

- Hinchazón en el brazo o la mano.
- Sensación de tirantez, pesadez o llenura en el brazo o la mano (puede notar que los anillos o relojes se sienten apretados).
- Sensación de tirantez en la piel o engrosamiento de la piel.
- Dolor o enrojecimiento en el brazo o la mano.

Cuando se detecta temprano, el tratamiento puede reducir algunos signos y síntomas y evitar que empeoren.

Apoyo emocional

El linfedema puede impactar su vida diaria y su bienestar emocional. Obtener apoyo puede ayudar. Es probable que desee conectarse con otras personas en un grupo de apoyo o considerar el asesoramiento individual. Nuestro centro de cuidado del paciente (1-877-465-6636) puede proporcionarle apoyo y recursos. Nuestra sección de apoyo también tiene información sobre cómo obtener apoyo social.

Linfa y ganglios linfáticos

La linfa es un líquido lechoso que contiene glóbulos blancos. La linfa de los tejidos y órganos drena hacia los vasos linfáticos que recorren el cuerpo. Estos vasos llevan la linfa a los ganglios linfáticos donde se filtra. Los ganglios linfáticos se encuentran en todo el cuerpo. Los ganglios linfáticos debajo del brazo se llaman ganglios linfáticos axilares. Estos pueden extirparse durante la cirugía de cáncer de mama para detectar células cancerosas.

¿Qué es el linfedema?

Los vasos linfáticos pueden bloquearse cuando los ganglios linfáticos axilares se extirpan o se tratan con radiación. Esto puede impedir que el líquido linfático salga del área, lo que puede causar hinchazón conocida como linfedema. El líquido puede acumularse en el brazo u otras áreas, como la mano, el pecho o la espalda, y hacer que se hinchen.

Para ver un modelo interactivo en tercera dimensión (3D) del linfedema en el brazo, visite la página sobre linfedema en komen.org.

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

La manera más común de detectar linfedema es que su doctor mida el ancho de la parte superior e inferior del brazo. Esto debe realizarse antes de la cirugía para compararse con las medidas posteriores. Algunos estudios muestran que revisar esto dentro de los primeros 3 meses después de la cirugía puede llevar a un diagnóstico más temprano.

¿Quién está en riesgo?

La cirugía moderna extirpa menos ganglios linfáticos axilares que antes, por lo que el linfedema es menos común ahora. Y los casos que suceden son menos severos en términos del impacto en el movimiento del brazo y la forma en que se ve el brazo.

No está claro por qué algunas personas contraen linfedema y otras no. Las cosas que aumentan el riesgo incluyen:

- Extirpación de los ganglios linfáticos axilares (cuantos más ganglios se extirpan, mayor es el riesgo).
- Recibir radiación en el área de los ganglios linfáticos axilares.
- Extirpación de los ganglios linfáticos axilares más radiación al área de los ganglios linfáticos axilares.
- Tener muchos ganglios linfáticos axilares con cáncer.
- Infecciones en el área después de la cirugía de mama.
- Tener sobrepeso.



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

Esta hoja informativa es solo una breve perspectiva general. Para obtener más información, visite komen.org o bien, llame a la línea de ayuda para el cuidado de las mamas del Komen centro de atención al paciente al 1-877-465-6636 (1-877 GO KOMEN) de lunes a jueves de 9 a.m. a 7 p.m. y viernes de 9 a.m. a 6 p.m., hora del este o envíe un correo electrónico at helpline@komen.org. Se habla español.

Recursos

Susan G. Komen®

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

Red de Investigación y Educación Linfática/ Lymphatic Education & Research Network

516-625-9675
lymphaticnetwork.org

Red Nacional de Linfedema/National Lymphedema Network

1-800-541-3259
lymphnet.org

Recursos relacionados en línea:

- Preguntas para hacerle a su doctor: El linfedema (hinchazón del brazo)
- Ganglios Linfáticos Axilares
- Cirugía de cáncer de mama
- Apoyo después del diagnóstico de cáncer de mama

Tratamientos para el linfedema

Para muchos, el linfedema no desaparece por completo. Sin embargo, el tratamiento puede mejorar el movimiento y reducir el dolor y la hinchazón.

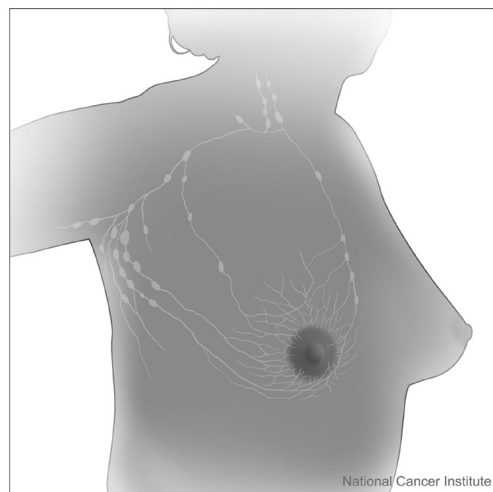
El tratamiento estándar incluye terapia descongestiva compleja. Este enfoque tiene como objetivo disminuir la hinchazón y la infección a través de la siguiente combinación:

- Cuidado de la piel y las uñas.
- Vendas o mangas de compresión (estos aplican presión alrededor del brazo y ayudan a expulsar el líquido linfático fuera del brazo).
- Ejercicios (como cerrar y abrir el puño).
- Drenaje linfático manual (un tipo especial de masaje).
- Fisioterapia.

Otros tratamientos pueden incluir:

- Ejercicio (como levantamiento de pesas moderado).
- Uso de un dispositivo de compresión (una bomba conectada a una manga que se infla y desinfla para aplicar presión al brazo).
- Cirugía.

Antes de hacer cualquiera de estos, consulte a su doctor. Es posible que usted también desee consultar su plan de seguro para ver si estos tratamientos están cubiertos.



Consejos que pueden reducir su riesgo

Aunque no sabemos cómo prevenir el linfedema, una lesión o infección en el brazo podría desencadenarlo. Trate de tomar medidas para reducir su riesgo. Los siguientes consejos no han sido probados en estudios, pero pueden funcionar para algunas personas.

- Comuníquese con su doctor para tratar de inmediato las infecciones del brazo y la mano en riesgo.
- Use guantes cuando haga trabajo en casa o en el jardín.
- Mantenga la piel limpia e hidratada.
- Evite las quemaduras solares y el exceso de calor de saunas, baños calientes, bronceados y otras fuentes.
- No se corte las cutículas de las uñas. Utilice un palito especial para empujar las cutículas hacia atrás cuando estén suaves (como después de un baño).
- Utilice repelente de insectos cuando esté al aire libre.
- Evite lesiones, rasguños y moretones en el brazo en 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.