

Guía para el

*cuidador*

de la

*piel*

de

*seno*



Centro de Radioterapia y Radiocirugía Robótica  
Hospital HIMA San Pablo Oncológico



Ya está próxima a comenzar su tratamiento de radioterapia. La radiación puede causar cambios en la piel o áreas que están siendo tratadas. Estos cambios requerirán cuidados especiales.

Con esta guía queremos ayudarle a disminuir los efectos secundarios del tratamiento, para evitar interrupciones y atrasos en el mismo.

Los cuidados de la piel deberá llevarlos a cabo desde antes de comenzar la radioterapia, manteniendo la piel limpia, hidratada y protegida de la luz solar.

A continuación, mencionamos algunos posibles efectos secundarios de la radioterapia en la piel. Luego, le mencionamos algunos pasos a seguir para manejarlos.

## 1. RESEQUEDAD DE LA PIEL

La radioterapia puede provocar sequedad en la piel. La piel reseca puede sentirse áspera,

escamosa, enrojecida y puede en ocasiones presentar dolor. Esto ocurre cuando no hay suficiente agua en las capas de la piel. Las causas comunes de la piel reseca incluyen la deshidratación, el calor, el frío, la malnutrición y los efectos secundarios del tratamiento.

### ESTE EFECTO SECUNDARIO PUEDE CAUSAR:

- Piel enrojecida, áspera y escamosa (aunque el aspecto pueda lucir normal).
- Piel agrietada.
- Ligeramente sangrado entre los pliegues de la piel tales como el borde inferior del seno y áreas de la axila.

### QUÉ PUEDE HACER

- Añada aceite mineral o de bebé al agua tibia del baño, o aplíquelo a su piel tras haberse duchado mientras la piel sigue húmeda.
- Lávese con agua fría o tibia (no caliente).

- Evite restregar la piel al bañarse. Séquese delicadamente con un paño.
- Aplíquese crema humectante y sin alcohol dos veces al día, especialmente después del baño.
- Evite las aguas de colonia que se aplican luego de bañarse, ya que contienen alcohol.
- Beba 8 vasos de agua cada día, si se le ha indicado que puede hacerlo.
- Protéjase la piel del agua caliente y del calor.

## 2. PICAZÓN (COMEZÓN)

La picazón (o comezón) puede causar irritación en la piel e infecciones. La picazón se debe a la sequedad de la piel, las alergias, los efectos secundarios de los medicamentos y al tratamiento contra el cáncer.

### LA PICAZÓN PUEDE CAUSAR:

- Piel reseca, enrojecida, áspera y

escamosa.

- Irritaciones y erupciones.
- Lesiones en la piel.

### QUÉ PUEDE HACER

- Pregunte a su farmacéutico sobre cremas para la piel que no contengan alcohol o fragancia. Aplíquelas dos o tres veces al día, especialmente después del baño, mientras la piel esté húmeda.
- En lugar de usar agua caliente, báñese con agua tibia.
- Lave la piel con delicadeza, usando un jabón sin aroma.
- Evite aplicarse en la piel del seno productos con fragancia o que contengan alcohol (tales como, talcos o polvos y perfumes).



- Mantenga su habitación fresca entre (60°F a 70°F) y bien ventilada para evitar el sudor.
- Tome bastante agua y otros líquidos.
- Descanse lo suficiente. Pregunte sobre el uso de medicamentos (antihistamínicos) en caso de que la picazón le impida dormir.

#### **PARA REDUCIR EL DESEO DE RASCARSE**

- Aplique compresas de agua fría a la piel (con un poco de hielo triturado en una bolsa de plástico y envuelta en una toalla de papel humedecida). Retírelas cuando dejen de estar frías y deje secar la piel. Úselas de nuevo según lo requiera.
- Mantenga las uñas limpias y cortas. Use guantes de tela si se rasca.
- En lugar de rascar la piel, pruebe la frotación, la presión o vibración. Evite raspar la piel.

- Use ropa ancha y de tela suave.
- Distráigase con la música, lectura y con la compañía de otras personas.
- Tome los medicamentos contra la picazón según recetados.

### **3. CAMBIOS EN EL COLOR DE LA PIEL**

La radioterapia puede causar cambios en el color de la piel. Algunos cambios en el tono de la piel pueden mejorar con el tiempo, mientras que otros pueden durar por mucho tiempo.

#### **QUÉ SEÑALES DEBE OBSERVAR**

- Color amarillento, enrojecido u oscuro.
- Moretones o áreas en la piel azules o moradas que no tienen causas conocidas.
- Erupción en la piel.
- Hinchazón en un área decolorada del seno.
- Picazón o comezón (lea la sección “Picazón”)

#### **QUÉ PUEDE HACER**

- Lave la piel con agua tibia, un jabón suave y un paño suave.
- Enjuague el área enrojecida o con erupciones con cuidado y séquela sin restregar.
- Aplique un ungüento repelente al agua, tal como vaselina o A+D® ointment. Cada vez que pueda, exponga al aire la piel afectada.
- Para su bienestar general, proteja la piel afectada del calor y del frío.
- Use ropa ancha y de tela suave.
- Aplíquese los medicamentos recetados para la piel.
- Proteja toda su piel de la exposición al sol (por ejemplo,

use sombrero de ala ancha, camisas de manga larga y gafas oscuras al salir).

- Aplique un protector solar de amplio espectro con un factor de protección solar (SPF) de 30 o más a cualquier área de la piel expuesta al sol. Aplique nuevamente cada dos horas si continúa bajo el sol, y si se moja o está sudando.

### **4. ÚLCERAS POR PRESIÓN EN LA PIEL**

Una llaga (úlceras) en la piel se produce cuando el suministro de sangre hacia un área del cuerpo disminuye. Esta condición puede empeorar si la piel recibe la fricción de sábanas y de la ropa.

#### **ÚLCERAS POR PRESIÓN INCLUYEN:**

- Piel agrietada, ampollada, escamosa o desgarrada.
- Una llaga abierta en la superficie de la piel.
- Manchas color



amarillento o rojizo en la ropa o sábanas, como resultado de un poco de sangre.

- Puntos de enrojecimiento en la piel que recibe presión, que no desaparecen incluso después de retirar la presión. Esto puede ser una señal temprana de que la piel está a punto de agrietarse.

#### **QUÉ PUEDE HACER**

- Cambie de posición por lo menos cada dos horas: si está acostada del lado izquierdo cambie al lado derecho.
- Use cojines especiales como de gel para reducir la presión hacia el seno y la axila tratada.
- Escoja prendas de vestir que no queden apretadas.
- Ingiera alimentos altos en proteína, como pescado, huevo, carne, leche, nueces, o mantequilla de maní.
- Aumente el consumo

de líquidos, si no está comiendo bien, intente con líquidos altos en calorías como las malteadas.

- Proteja el área lastimada y el área circundante con una almohadilla de esponja adaptable, o almohada.
- Enjuague la úlcera abierta con agua, séquela con cuidado y cúbrala con un vendaje. Haga esto cada vez que el vendaje se ensucie, o al menos dos veces al día o como le sea indicado. Si le recetan ungüentos o cremas, úselos tal y como se lo han indicado. Informe al médico o enfermera si tiene picazón, ampollas, secreción, o aumento en el tamaño de la úlcera.

**LE EXHORTAMOS A EDUCARSE SOBRE EL CUIDADO DE SU PIEL DURANTE LA RADIOTERAPIA. PARA MAYOR INFORMACIÓN, PUEDE LLAMAR A EDUCACIÓN EN SALUD DE HIMA SAN PABLO CAGUAS (787) 653-3434, EXT. 1197**



Adaptado por: Carmen J. Meléndez Lavandero, TR, BTS,  
Supervisora de Radioterapia  
Karilys Nieves Alejandro, BSN, Enfermera

Material informativo tomado  
de la Sociedad Americana del Cáncer

<https://www.cancer.org/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/problemas-de-la-piel.html>



Revisado por Educación en Salud  
HIMA • San Pablo Oncológico 2019

