Printed November 24, 2014 from http://www.cancer.net/node/18332

Acumulación de líquido o linfedema [1]

Esta sección ha sido revisada y aprobada por la Junta editorial de Cancer.Net [2], 06/2014

El linfedema es la acumulación anormal de líquido en el tejido blando debido a una obstrucción en el sistema linfático. El sistema linfático ayuda a combatir infecciones [3] y otras enfermedades al transportar la linfa, un líquido incoloro que contiene glóbulos blancos, por todo el cuerpo utilizando una red de tubos delgados denominados vasos. Pequeñas glándulas denominadas ganglios linfáticos filtran las bacterias y otras sustancias perjudiciales fuera de este líquido. Sin embargo, cuando los ganglios linfáticos se extirpan o dañan, se acumula líquido linfático en los tejidos circundantes y provoca la hinchazón de estos.

En general, el linfedema afecta los brazos y las piernas, en especial, en las personas que han recibido tratamiento para cáncer de mama o tipos de cáncer que afectan las vías urinarias, la vejiga, los riñones, la próstata, los testículos y el pene (cánceres genitourinarios). Sin embargo, el linfedema también puede ocurrir en otras partes del cuerpo, incluida la cabeza y el cuello. En personas que reciben tratamiento para el cáncer en la región de la cabeza y el cuello, el lugar más común donde se desarrolla el linfedema es el cuello, pero también puede presentarse debajo del mentón, en la cara y, con menos frecuencia, dentro de la boca. El linfedema puede desarrollarse de inmediato después de una cirugía o radioterapia, o puede ocurrir meses o hasta años después de finalizado el tratamiento para el cáncer.

Síntomas

Las personas con linfedema en un brazo o una pierna pueden tener los siguientes síntomas:

- Inflamación que comienza en el brazo o la pierna y que coincide con el área del cuerpo tratada por el cáncer
- Sensación de ?pesadez? en el brazo o la pierna
- Debilidad o disminución de la flexibilidad
- Los anillos, los relojes o la ropa se sienten muy ajustados
- Molestia o dolor, aunque a menudo no hay dolor
- Tensión, brillo, calor o enrojecimiento en la piel
- Piel que no se hunde cuando se le aplica presión o piel endurecida
- Engrosamiento de la piel (hiperqueratosis)
- Apariencia de piel de naranja (hinchazón con pequeños hoyuelos)
- Aparición de pequeñas verrugas o ampollas que supuran un líquido transparente

Los síntomas de linfedema de la cabeza y el cuello incluyen:

- Inflamación de los ojos, la cara, los labios, el cuello o el área debajo del mentón
- Malestar o tensión en cualquiera de las áreas afectadas
- Dificultad para mover el cuello, la mandíbula o los hombros
- Formación de cicatrices (fibrosis) en el cuello y la piel del rostro
- Disminución de la visión debido a la hinchazón de los párpados
- Dificultad para tragar, hablar o respirar
- Babeo o pérdida de comida de la boca mientras come
- Congestión nasal o dolor duradero en el oído medio, si la inflamación es grave

Los síntomas de linfedema pueden comenzar en forma muy gradual y no siempre son fáciles de detectar. A veces los únicos síntomas pueden ser pesadez o dolor en un brazo o una pierna. Sin embargo, a veces el linfedema puede comenzar más de repente. Si desarrolla algún síntoma de linfedema, debe consultar a su médico lo antes posible para saber cómo tratarlos para que el linfedema no empeore. Debido a que la inflamación puede ser un signo de cáncer, también es importante consultar a su médico para asegurarse de que el cáncer no haya regresado (recurrido).

Causas

Por lo general, el linfedema es un efecto secundario a largo plazo [4] predecible de algunos tratamientos para el cáncer. Las causas más frecuentes del linfedema en sobrevivientes del cáncer incluyen:

- Obstrucción de los ganglios linfáticos y/o vasos por el cáncer mismo, el tratamiento del cáncer o las biopsias.
- Cirugía en la que se extirparon los ganglios linfáticos. Por ejemplo, la cirugía para el cáncer de mama a menudo implica la extirpación de uno o más de los ganglios linfáticos circundantes para comprobar el cáncer, lo cual puede provocar el desarrollo de linfedema en el brazo.
- Radioterapia u otras causas de inflamación o formación de cicatrices en los ganglios linfáticos y los vasos.
- Cáncer metastásico, que es cáncer que se ha diseminado desde el lugar donde comenzó hacia otra parte del cuerpo.

El riesgo de linfedema aumenta con la cantidad de ganglios linfáticos y vasos que se extirparon o dañaron durante el tratamiento del cáncer o las biopsias. A veces, el linfedema no está relacionado con el cáncer o su tratamiento. Por ejemplo, una infección bacteriana o micótica u otra enfermedad que compromete al sistema linfático puede causar este problema.

Diagnóstico

Un médico a menudo puede identificar el linfedema al realizar un examen del área afectada. No obstante, a veces tal vez se recomienden algunas pruebas para confirmar el diagnóstico, elaborar un plan de tratamiento o descartar otras causas de linfedema. Esas pruebas pueden incluir:

- Medición de la parte afectada del cuerpo con una cinta métrica para controlar la inflamación.
- Sumergir el brazo o la pierna afectada en un tanque de agua para calcular el volumen de líquido acumulado.
- Crear una imagen del sistema linfático a través de una linfocintigrafía. Se trata de una prueba confiable para confirmar un diagnóstico de linfedema; sin embargo, no se usa con mucha frecuencia.
- Controlar la circulación del sistema linfático a través de un ultrasonido [5], una prueba por imágenes que utiliza ondas sonoras para crear una imagen del interior del cuerpo.
- Realizar una tomografía computarizada (TC o TAC; en inglés) [6], un estudio por imágenes que crea una imagen tridimensional del interior del cuerpo con una máquina de rayos X, o una resonancia magnética nuclear [7] (RMN; en inglés), una prueba que utiliza campos magnéticos en lugar de rayos X para producir imágenes detalladas del cuerpo. Estas pruebas permiten mostrar la ubicación y el patrón del drenaje linfático y si un tumor u otra masa está obstruyendo la circulación del sistema linfático. Sin embargo, en general no se necesitan TC o RMN para diagnosticar linfedema, a menos que el médico esté preocupado acerca de una posible recurrencia del cáncer.
- Otras pruebas que pueden usarse en el diagnóstico del linfedema incluyen perometría, la cual usa rayos de luz infrarroja, y espectroscopia de bioimpedancia, que mide las corrientes eléctricas que circulan por los tejidos del cuerpo. Sin embargo, ninguna de estas pruebas está disponible de forma general.

También es importante asegurarse de que no sea otra enfermedad la que esté generando la inflamación. Por lo tanto, el médico puede realizar otras pruebas para descartar la presencia de enfermedades cardíacas, coágulos sanguíneos, infección, insuficiencia hepática o renal, o reacciones alérgicas.

Estadios

Los médicos describen al linfedema según su estadio, mediante un sistema de clasificación de complicación leve a grave.

Estadio 0. Significa que la inflamación aún no es visible aunque ya se ha producido un daño al sistema linfático. La mayoría de las personas no tienen síntomas y el linfedema de Estadio 0 puede existir meses o hasta años antes de que ocurra inflamación.

Estadio I. Significa que la piel sangra cuando se ejerce presión y no hay evidencia visible de cicatrización. Elevar la extremidad afectada a menudo ayuda a reducir la inflamación.

Estadio II. Significa que la piel no sangra cuando se ejerce presión y hay cicatrización de moderada a grave. Elevar la extremidad afectada no ayuda a reducir la inflamación.

Estadio III. Significa que la piel se endurece, la zona del cuerpo afectada se inflama (aumenta

de tamaño y de volumen) y la piel cambia de textura. El linfedema de Estadio III es permanente.

Control y tratamiento

Un aspecto importante del tratamiento y la atención del cáncer es aliviar los efectos secundarios [8], lo que también se denomina control de los síntomas, cuidados paliativos o atención médica de apoyo. Consulte con un integrante de su equipo de atención médica sobre cualquier síntoma de linfedema que experimente, incluido cualquier síntoma nuevo o un cambio en los síntomas, para poder iniciar el tratamiento lo antes posible.

Los tratamientos para el linfedema están diseñados para reducir la inflamación, evitar que esta empeore, prevenir infecciones, mejorar el aspecto de la parte del cuerpo afectada y mejorar la capacidad funcional de la persona. Aunque el tratamiento puede controlar el linfedema, actualmente no existe una cura. Es conveniente que le pida a su médico que le recomiende un terapeuta que se especialice en tratar el linfedema. Los terapeutas especializados en linfedema son fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales u otros profesionales de la salud que se especializan en ayudar a las personas a tratar el linfedema. El terapeuta puede evaluar su afección y desarrollar un plan de tratamiento, que puede incluir:

Drenaje linfático manual (manual lymphatic drainage, MLD). El MLD es una técnica especializada en la que se realizan masajes suaves en la piel para ayudar al líquido linfático obstruido a drenar adecuadamente hacia el torrente sanguíneo. Esto puede ayudar a reducir la inflamación. Para obtener mejores resultados, debe comenzar tratamientos de MLD lo más próximo posible del inicio del linfedema. Un integrante del equipo de atención médica puede derivarlo a un terapeuta especialista en linfedema capacitado en esta técnica.

Ejercicio. Generalmente, hacer ejercicio mejora la circulación del sistema linfático y fortalece los músculos. Un terapeuta especialista en linfedema puede mostrarle ejercicios específicos que mejorarán su amplitud de movimiento. Pregúntele a su médico o terapeuta cuándo puede comenzar a hacer ejercicio, qué ejercicios son adecuados para usted y si debe usar prendas de comprensión durante el ejercicio (consulte a continuación).

Compresión. Los vendajes no elásticos y las prendas de compresión, como mangas elásticas, ejercen una presión suave en el área afectada. Esto ayuda a evitar que se vuelva a acumular líquido y la inflamación después de la terapia descongestiva (consulte a continuación). Hay varias opciones, según la ubicación del linfedema. Todos los dispositivos de compresión aplican mayor presión cuanto más alejados estén del centro del cuerpo y menos presión cuanto más cerca estén del centro del cuerpo. Es importante que las prendas de compresión calcen en forma adecuada y se deben reemplazar cada tres a seis meses.

Terapia descongestiva completa (complete decongestive therapy, CDT). La CDT, también conocida como terapia descongestiva compleja, combina cuidado de la piel, drenaje linfático manual, ejercicio y compresión. Un médico clínico o un terapeuta especialista en linfedema debe realizar una CDT. El terapeuta también le enseñará cómo realizar las técnicas necesarias usted mismo en su hogar y le dirá con qué frecuencia aplicarlas. Pídale a su médico que lo derive.

Cuidado de la piel. Debido a que el linfedema puede aumentar el riesgo de infección, es importante mantener el área afectada limpia, humectada y sana. Aplique crema humectante

todos los días para evitar la piel agrietada. Evite cortes, quemaduras, pinchazos con agujas u otras lesiones en el área afectada. Si se afeita, use una afeitadora eléctrica para reducir las posibilidades de cortarse la piel. Cuando esté al aire libre, use pantalla solar de amplio espectro que proteja contra la radiación ultravioleta alfa (UVA) y beta (UVB) y que tenga un factor de protección solar (sun protection factor, SPF) mínimo de 30. Si se corta o se quema, lávese el área lesionada con agua y jabón y use una crema antibiótica, según las indicaciones de su médico o enfermera.

Elevación. Mantener la extremidad afectada elevada a menudo ayuda a reducir la inflamación y mejora el drenaje del sistema linfático. Sin embargo, con frecuencia no resulta práctico mantener la extremidad en una posición elevada por mucho tiempo.

Tratamiento con láser de baja potencia (low level laser treatment, LLLT). Una pequeña cantidad de ensayos clínicos, que son estudios de investigación donde participan voluntarios, han detectado que el LLLT podría aliviar en cierta forma el linfedema luego de la extirpación de la mama (mastectomía), especialmente en los brazos.

Medicamentos. Su médico puede recetarle antibióticos para tratar infecciones o fármacos para aliviar el dolor cuando sea necesario. En general, no se recomiendan medicamentos denominados diuréticos, que reducen la cantidad de agua en el cuerpo.

Fisioterapia. Si tiene problemas para tragar u otras dificultades derivadas del linfedema de la cabeza y el cuello, es posible que necesite realizar fisioterapia.

Disminuya su riesgo

La investigación continúa buscando factores que causan el linfedema y lo que las personas pueden hacer para reducir su riesgo personal. No existe una forma comprobada de prevenir por completo esta afección, pero puede haber medidas que se pueden tomar para reducir su riesgo. Hable con su médico si le preocupa su riesgo personal de desarrollar linfedema.

Conserve un peso saludable (en inglés). [9] Si tiene sobrepeso, tomar medidas positivas para manejar su peso después de un diagnóstico de cáncer puede ayudar a reducir su riesgo de desarrollar linfedema.

Cambie de posición. Evite estar de pie o sentado durante largos períodos de tiempo. No cruce de las piernas cuando esté sentado. Apóyese en almohadas cuando esté en la cama. Una posición erguida mejora el drenaje linfático.

Use ropa suelta. Si tiene riesgo de desarrollar linfedema de la cabeza y el cuello, no use prendas con escote ajustado. Quienes tienen riesgo de desarrollar linfedema de piernas, deben evitar usar zapatos y medias ajustados y deben protegerse los pies usando calzado cerrado y no deben usar chancletas ni sandalias. Quienes tienen riesgo de desarrollar linfedema de brazos, debe usar prendas y alhajas sueltas, que no les pinchen ni pellizquen el brazo o la mano, como lo hace una manga o una pulsera ajustada, ya que esto puede provocar la acumulación de líquido.

Limite el tiempo de exposición al calor o frío extremos. Evite los saunas o jacuzzis y limite

los baños calientes a menos de 15 minutos. Además, no se aplique almohadillas térmicas ni hielo en las áreas inflamadas.

Aplíquese vacunas, otras inyecciones y administraciones intravenosas (IV) en el brazo no afectado. También debe evitar las extracciones de sangre y las mediciones de la presión arterial en el brazo afectado. Infórmele a su médico o enfermero que está en riesgo de desarrollar linfedema.

Sepa cuándo buscar atención médica (en inglés). [10] Llame a su médico o enfermero si tiene algún signo de infección: fiebre (temperatura superior a 100.5 °F o 38 °C); piel caliente al tacto; o enrojecimiento, inflamación o dolor en la piel.

Más información

Sobrevivencia [11]

Cómo enfrentar el miedo a los efectos secundarios relacionados con el tratamiento (en inglés) [12]

Archivo de audio (Podcast): Después del cáncer de mama: prevención del linfedema (en inglés) [13]

Archivo de audio (Podcast): Hinchazón de piernas luego del tratamiento para el cáncer [14] (en inglés)

Efectos secundarios de la cirugía [15] (en inglés)

Recurso adicional

National Cancer Institute (Instituto Nacional del Cáncer): Linfedema [16]

Links:
[1] http://www.cancer.net/node/18332
[2] http://www.cancer.net/about-us
[3] http://www.cancer.net/es/node/18330
[4] http://www.cancer.net/es/node/18372
[5] http://www.cancer.net/es/node/31871
[6] http://www.cancer.net/es/node/24486
[7] http://www.cancer.net/es/node/24578
[8] http://www.cancer.net/es/node/18376
[9] http://www.cancer.net/node/31046
[10] http://www.cancer.net/node/26366
[11] http://www.cancer.net/es/node/18308
[12] http://www.cancer.net/node/24492
[13] http://www.cancer.net/blog/podcasts/after-breast-cancer-preventing-lymphedema
[14] http://www.cancer.net/blog/podcasts/leg-swelling-after-cancer-treatment
[15] http://www.cancer.net/node/24675
[16] http://www.cancer.gov/espanol/pdq/cuidados-medicos-apoyo/linfedema/Patient