



Obtenga ayuda para los cambios en la piel

Getting Help for Skin Changes

El cáncer y sus tratamientos pueden causar ronchas o sarpullido, al igual que otros tipos de cambios en la piel como resequedad, coloración y picazón (comezón).

Los cambios en la piel suelen ser efectos secundarios y son parte de una respuesta normal del cuerpo al tratamiento. Si los cambios en la piel surgen de manera muy repentina al momento de estar recibiendo algún medicamento para tratar el cáncer, podría tratarse de una reacción alérgica a dicho medicamento.

Es muy importante que le comente a su médico o a la enfermera sobre cualquier cambio que note en la piel. Si estos cambios no se tratan, pueden empeorar y generar infecciones.

¿A qué cambios en la piel hay que estar alertas?

Las **ronchas** y el **sarpullido** son un efecto secundario común del tratamiento contra el cáncer. El riesgo de estas erupciones cutáneas y su gravedad depende del tipo de cáncer, así como de la clase de tratamiento aplicado. Las erupciones cutáneas pueden aparecer en el área del cuero cabelludo, rostro, cuello, pecho, parte superior de la espalda y a veces en otras partes del cuerpo. Las erupciones pueden causar picazón, ardor y dolor.

La **resequedad** en la piel es otro efecto secundario. La piel se puede volver demasiado seca, escamosa, áspera, rojiza y a veces más sensible de lo normal (dolor). Incluso se podrían formar úlceras o llagas. Todo

esto puede surgir por sí solo o con erupciones cutáneas. La resequedad puede generar picazón (comezón).

La **picazón** (o comezón) puede surgir por algunos tipos de cáncer y sus tratamientos, así como por algunos de los medicamentos utilizados, o bien, por resequedad, erupciones e infecciones en la piel. Al rascarse demasiado, particularmente si se provoca alguna llaga o ulceración, puede ocasionar que la piel empiece a sangrar o a que se infecte.

El **síndrome palmo-plantar** (síndrome mano-pie) ha sido asociado a muchos medicamentos para el tratamiento contra el cáncer. Dolor, hipersensibilidad, hormigueo y entumecimiento son los síntomas iniciales de este síndrome. Luego, se genera un enrojecimiento e inflamación en las palmas de las manos y en las plantas de los pies. Este enrojecimiento se parece a una quemadura de sol y se puede ampollar. En casos graves, las ampollas pueden abrirse y ulcerarse. La piel también puede researse, despellejarse y agrietarse.

Los **cambios en la coloración de la piel** pueden ocurrir debido a efectos secundarios de algunos tratamientos contra el cáncer, así como por crecimiento de un tumor o exposición al sol. Puede que algunos de estos cambios mejoren con el tiempo, mientras que otros perduren más.

Lo que puede hacer para prevenir o controlar los cambios en la piel

- Beba de 2 a 3 litros de líquidos cada día, si se le ha indicado que hacerlo está bien.
- Use únicamente jabones suaves, gel de baño, champús, ungüentos o cremas que no contengan alcohol, perfumes, ni colorantes. Pregunte qué productos o marcas deberá usar.
- En su aseo, use agua a temperatura fresca o tibia (no caliente). Sea breve al ducharse o bañarse, y séquese a palmaditas con una toalla en lugar de frotar la piel.
- Aplique un humectante a su piel a través del día. El mejor momento para hacerlo es justo después de bañarse, mientras su piel aún esté húmeda.
- Aféitese con menor frecuencia o deje de afeitarse si su piel está irritada. Una afeitadora eléctrica puede ayudarle a evitar que se corte mientras se afeita.
- No lave la ropa con detergentes que tengan aromas fuertes.
- Manténgase alejado del sol lo más que pueda. Si va a estar al aire libre, use un bálsamo para labios y un bloqueador solar que contengan por lo menos un factor de protección solar (SPF) de 30. Use ropa de algodón y también sombrero o gorra.

Lo que puede hacer para que su piel se sienta mejor

- No aplique a su piel productos medicinales que pueda obtener sin receta médica sin consultarlo primero con su equipo de profesionales médicos.
- Las plantillas de gel para el calzado pueden ayudarle si las plantas del pie están sensibles.

- Algunos tipos de maquillaje pueden ayudar a encubrir algunas erupciones sin empeorarlas. Pregunte qué productos o marcas deberá usar.
- Si tiene la piel muy reseca, un baño con productos de avena puede calmarle.
- Pruebe telas suaves como el algodón y evite las que irritan la piel, como la lana. La ropa holgada suele sentirse más cómoda que las prendas ajustadas.
- Evite estar al aire libre en días con mucho calor o mucho frío.
- Si el médico le receta medicamentos, comience su uso de inmediato siguiendo bien todas las indicaciones.

Las dos cosas más importantes que puede hacer son cuidar bien de su piel e informarle de inmediato al médico sobre cualquier cambio que note en la piel.

Hable con su equipo de profesionales médicos

Muchos cambios en la piel se pueden tratar y hay cosas que usted puede hacer para tratar de prevenirlos. Reporte cualquier cambio de la piel que esté teniendo a su equipo de profesionales médicos. Infórmeles sobre cuándo empezó a notar algún problema, qué es lo que lo provocó, así como cualquier cosa que parezca mejorarlo o empeorarlo. Los cambios en la piel pueden y deben ser tratados lo antes posible.

Para información, ayuda día-a-día y apoyo emocional en relación con el cáncer, visite www.cancer.org/es o póngase en contacto con la Sociedad Americana Contra El Cáncer llamando al **1-800-227-2345**. Estamos a su disposición para cuando nos necesite.

