

EL CUIDADO ESTÉTICO Y SOLIDARIO DE LA PIEL DURANTE LOS TRATAMIENTOS ONCOLÓGICOS

Formación Avanzada





Fuente: FRFNB

Cuidado de las cicatrices

¿Existen distintos tipos de cicatrices?

Tipos de cicatrices

Normotrófica:

Es la cicatriz más usual y su apariencia es similar a la de la piel antes de la lesión.

Hipertrófica:

Se caracteriza por un aumento de la cicatriz, pero sin que sobresalga de los márgenes de la cicatriz inicial.

Definición: Una cicatriz es la señal o marca que queda en la piel después de cerrarse una herida. La cicatriz continuará cicatrizando de 12 a 18 meses después de la cirugía.

Se considera que el tiempo de recuperación total de esta piel puede oscilar entre los 6 y los 12 meses.

Atrófica: Se relaciona cuando hay pérdida de las estructuras subyacentes que apoyan la piel, como el músculo o la grasa. Este tipo de cicatriz se asocia a menudo con el acné, la varicela u otras enfermedades y/o accidentes.

Queloides:

Es una cicatriz atípica por la sobreproducción de colágeno y sobresale de los márgenes de la cicatriz inicial; tiene un componente genético importante.



Fuente: Dra Irene Cruz

¿Cuándo podemos tratar la cicatriz?

Las cicatrices no desaparecen por completo, pero pueden tratarse para que luzcan mejor y se sientan mejor al tacto. La mayoría de las veces, pueden empezar a tratarse 4 semanas después de la cirugía.

Antes

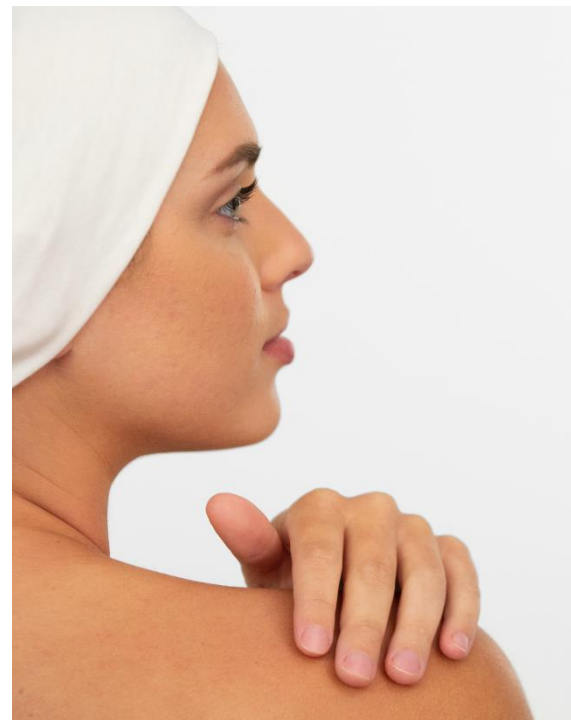
- Es muy importante preparar la piel antes de la cirugía porque ayudará a una mejor cicatrización.
- Mayor importancia si ha habido tratamientos oncológicos previos (quimioterapia, radioterapia, terapia dirigida...).

Post

- Cuando la cicatriz está totalmente cerrada, sin puntos de sutura y si no presenta ningún signo de dolor, rubor y/o calor (señales de alerta).

Derivar

- Derivar al especialista (médico estético o dermatólogo) si presenta algunos de los signos mencionados anteriormente ya que pueden estar relacionados con algún proceso de infección.



Fuente: FRFNB

¿Qué cuidados necesita una cicatriz para mejorar su proceso de cicatrización?

Hidratación

- Antes de la cirugía, y también durante los 6 primeros meses postcirugía (con cicatriz totalmente cerrada).
- Mañana y noche con sustancias regeneradoras y/o calmantes, como el aceite de rosa mosqueta, centella asiática, árnica, etc.
- Los productos de silicona (parches, geles) pueden mantener la cicatriz más humectada y contribuir a la cicatrización: volver la cicatriz más suave y plana.

Masaje suave

- Una vez se haya conseguido la epitelización completa (el cierre de la cicatriz), aplicar un suave masaje durante 1 o 2 minutos sobre la cicatriz. El masaje puede ayudar a bajar la inflamación y volverla menos dura.
- Es recomendable hacer este masaje de 1 a 3 veces por día, durante al menos de 3 a 6 meses postcirugía.
- Aplicar crema hidratante sobre la cicatriz. Utilice las yemas de los dedos índice y corazón para masajear la cicatriz y el tejido que la rodea. Masajear la cicatriz de lado a lado, y el tejido circundante mediante movimientos circulares.

Alimentación

- Una nutrición equilibrada basada en alimentos antioxidantes que ayuden a la formación de colágeno como las legumbres, pescados, huevos y frutos secos, así como los alimentos ricos en vitamina como la naranjas, piña, fresas, mandarinas o limón.

Protección solar :

- Aplicar cada 1 o 2 horas protector solar (SPF 50) y cubrir al máximo. Protegerse del sol: utilizar sombreros de ala ancha, ropa diseñada para bloquear el sol.

¿Qué debemos evitar?

- **El tabaco:** 6 semanas antes de la cirugía y 4 semanas después para favorecer el proceso de cicatrización.
- **Ejercicio físico** durante los 30 primeros días para evitar movimientos bruscos o tensión en la zona de la herida, evitando la posible dehiscencia (abertura espontánea de una parte que se había suturado durante una intervención quirúrgica).
- Desaconsejado utilizar **aparatos de estética** durante los tratamientos oncológicos.



Fuente: Jocelyn Lousseau/ Unsplash

Entrevista a la Dra. Irene Cruz, especialista en Medicina Estética avanzada, con más de 10 años de experiencia.

Forma parte de la SEME (Sociedad Española de Medicina Estética). Actualmente ocupa el cargo de directora del departamento de Medicina Estética del Instituto Javier de Benito (Barcelona).

- Como profesionales de la estética nos surgen algunas dudas en cómo actuar en el caso de las cicatrices, en general, ¿cuánto tiempo tarda en regenerarse completamente la piel de una cicatriz?
- ¿Hay alguna pauta de autocuidado recomendable para el cuidado de la cicatriz en casa y que podamos transmitir nosotras como profesionales de la estética a las personas en tratamiento oncológico?
- Por tu experiencia profesional, ¿qué principios activos son más recomendables para el cuidado de la cicatriz?



Fuente: Instituto de Benito

- En paralelo a los principios activos, a nivel de masajes, ¿estaría indicado algún tipo de manipulación específica para mejorar la regeneración de cicatrices? Que podamos realizar nosotras como profesionales o que podamos recomendar su realización. ¿Con qué frecuencia?
- Como esteticistas sabemos que es imprescindible proteger la piel del sol. ¿En el caso de las cicatrices, qué hábitos de protección solar serían los más indicados? ¿Y cuáles podrían ser las consecuencias de no tener esta protección?
- A nivel de aparatología estética, ¿cuál es la que puede ser recomendable para tratar cicatrices en el caso de estar en tratamiento oncológico?
- Finalmente, y para una mejor cicatrización, ¿alguna recomendación a nivel de hábitos saludables, dieta o ejercicio físico?
- Cualquier recomendación final para las profesionales de la estética que nos puedas apuntar, por tu experiencia, para acompañar y tratar personas en tratamiento oncológico nos sería de gran utilidad.

¿Qué concluimos?

- Existen diferentes tipos de cicatriz: normotrófica, atrófica, hipertrófica y queloide.
- Una cicatriz puede tardar entre 6 y 12 meses en regenerarse totalmente.
- Cuidados básicos: hidratación, masaje suave, foto protección SPF 50 (antes y después).
- Principios activos: aceite de rosa mosqueta, centella asiática, árnica, entre otros.
- La mayoría de las personas cicatrizan bien, pero debemos estar atentos a las señales de alerta: dolor, rubor y/o calor.
- Derivar al especialista (médico estético o dermatólogo) si presenta algunos de los signos mencionados anteriormente ya que pueden estar relacionados con algún proceso de infección.
- Debemos evitar el tabaco (6 semanas antes y 4 semanas después) y el ejercicio físico los primeros 30 días o los movimientos bruscos.
- Desaconsejado utilizar aparatología estética durante los tratamientos oncológicos.

Bibliografía

1. Fernández Martín ME, Mota S, Montilla E, et al. Guía de cosmética para paciente oncológico [Internet]. [Madrid]: GEMENON, Grupo Expertos en Medicina Estética Oncológica; c2019 [citado 7 oct 2021]. Disponible en: <https://www.gemeen.org/wp-content/uploads/2020/08/GUIA-COSMETICA-paciente-oncologico.pdf>
2. Dr. Jaume Masià [Internet]. [Barcelona] Dr. Jaume Masià; c2017-2021 [citado 7 oct 2021]. Preguntas y respuestas. Disponible en: <https://www.reconstruccionmama.es/pacientes/preguntas-y-respuestas/>
3. Entrevista Dra Irene Cruz - 8/06/2021
4. Memorial Sloan Kettering Cancer Center. Educación para pacientes y cuidadores: Cuidado de las cicatrices después de una cirugía de piel (2023) [internet]. [Nueva Jersey] Memorial Sloan Kettering Cancer Center; [citado: 18/09/2023]. Disponible en: <https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/caring-your-scars-after-skin-surgery#section-2>
5. St George's Univeristy Hospitals. NHS Foundation Trust. Scars and Scar Massage (2020) [internet]; [citado: 18/09/2023]. Disponible en: <https://www.stgeorges.nhs.uk/wp-content/uploads/2021/09/Scar-scar-massage.pdf>



www.fundacionricardofisas.org

Toda la información contenida en este material es estrictamente confidencial y está exclusivamente destinada a los participantes de la formación en estética oncológica.

© 2021 Fundación Ricardo Fisas Natura Bissé y Ricardo Fisas Natura Bissé Foundation. Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción total y/o parcial, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros medios, sin la previa autorización escrita de Fundación Ricardo Fisas Natura Bissé o Ricardo Fisas Natura Bissé Foundation. Todos los logotipos, marcas registradas y nombres comerciales pertenecen a sus propietarios respectivos.

Toda la información contenida en este material es orientativa y está destinada únicamente a dar consejos generales sobre el cuidado de la piel. En ningún caso este material reemplaza cualquier consulta con tu médico/a o profesional médico/a. Para cualquier duda sobre los consejos o el uso de los productos, consulta con tu médico/a, o profesional médico/a o esteticista profesional especializado/a en tratamientos oncológicos. Este material está sujeto a su constante actualización.

Fundación Ricardo Fisas Natura Bissé y Ricardo Fisas Natura Bissé Foundation han testado estos consejos con productos y tratamientos de la marca Natura Bissé®. No se hacen responsables de cualquier uso inadecuado de los consejos o de su uso con productos de otras marcas. La Fundación Natura Bissé Ricardo Fisas y Ricardo Fisas Natura Bissé Foundation no aceptan responsabilidad por la información y las opiniones expresadas en este material por parte de terceros, incluidas las opiniones de los profesionales.