



LINFEDEMA SECUNDARIO

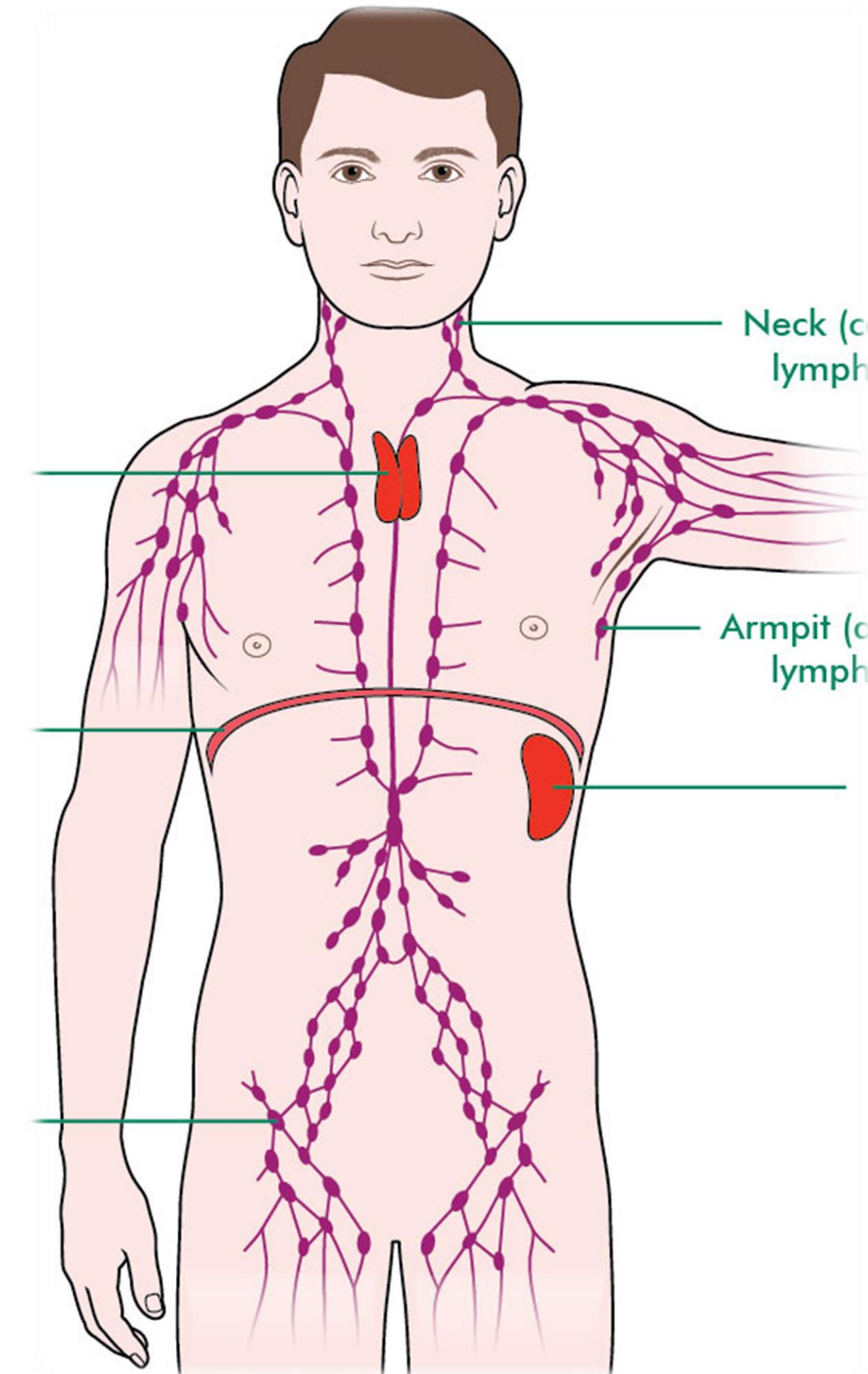
POR UNA ESTÉTICA ONCOLÓGICA PROFESIONAL Y SOLIDARIA DESDE 2010

El sistema linfático

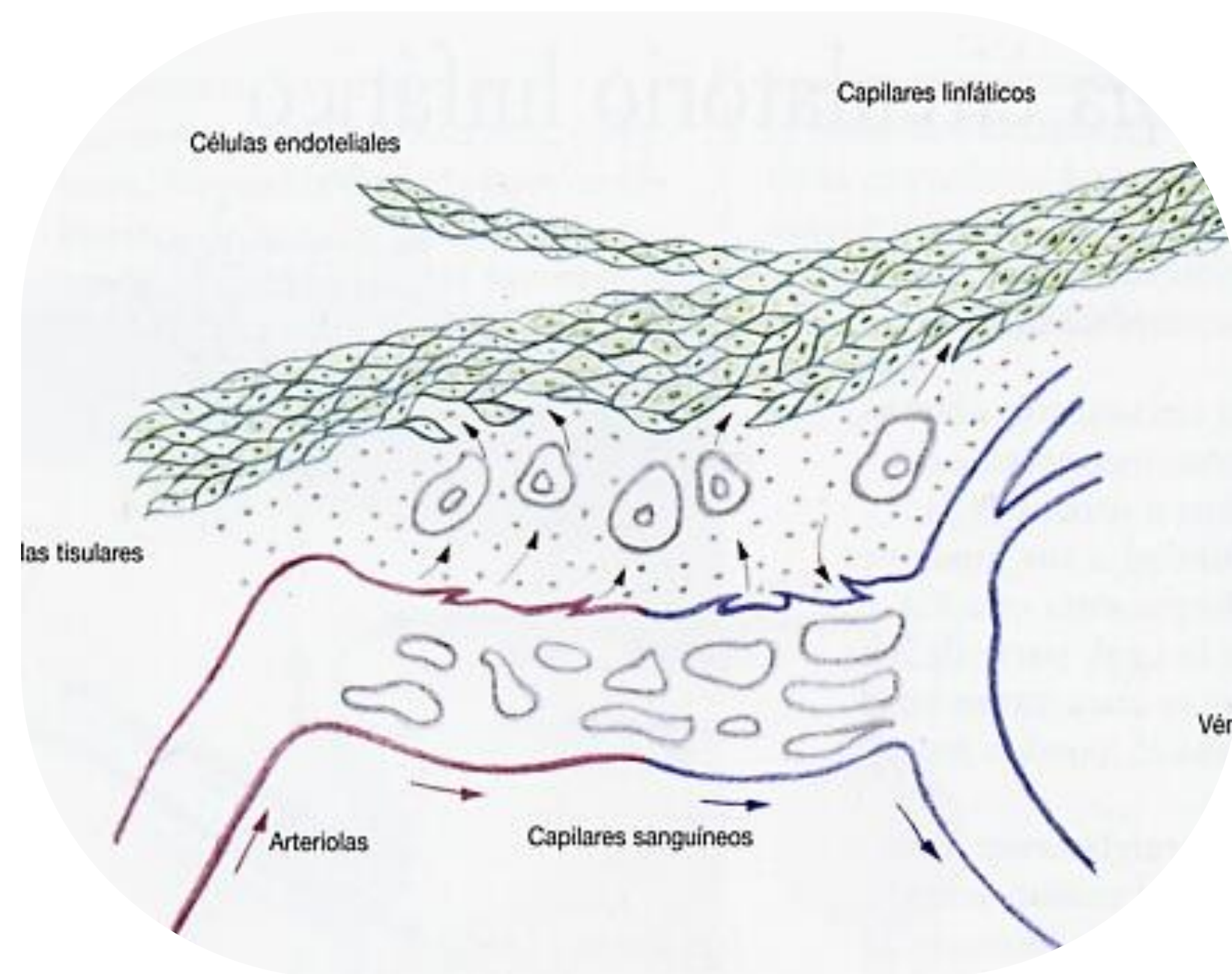
Forma parte del **sistema inmunológico** del cuerpo.

El sistema linfático nos ayuda a protegernos de infecciones y enfermedades.

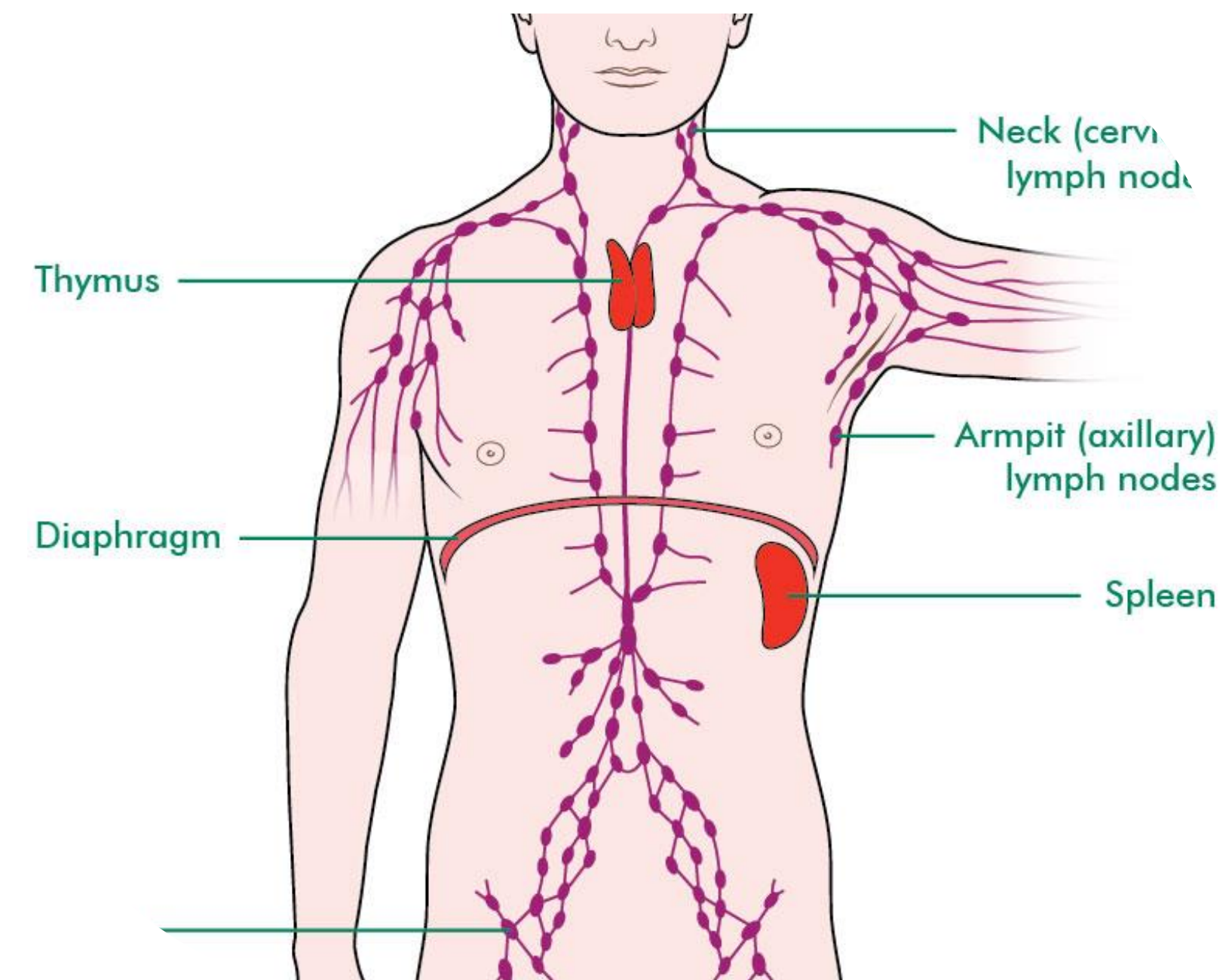
Forma parte de la **microcirculación**.



Funciones del sistema linfático



Actúa como un sistema de drenaje unidireccional que absorbe y transporta fluido, proteínas y desechos desde los tejidos corporales a la circulación sanguínea.



La linfa pasará a través de los ganglios linfáticos, "filtrando" el líquido para eliminar sustancias que podrían ser dañinas para el cuerpo.

¿Cómo los tratamientos del cáncer afectan al sistema linfático?

- La cirugía de los ganglios linfáticos.
- Radioterapia
- Quimioterapia con taxanos.
- La propia enfermedad



**CAUSANDO UN DAÑO EN
EL SISTEMA LINFÁTICO.**



¿Qué es el linfedema secundario?

- Es el aumento del volumen de una zona del cuerpo debido a un funcionamiento incorrecto del sistema linfático.
- Es el resultado de una acumulación anormal de líquido rico en proteínas en el espacio intersticial debido a una alteración en la capacidad de transporte del sistema linfático.

Puede aparecer:

- Durante el primer año después de la cirugía
- A los dos años
- Años después
- Nunca

No todos los pacientes con cirugía de los ganglios linfáticos y radioterapia desarrollan linfedema.

¿Qué zonas del cuerpo se pueden ver afectadas?

01

GANGLIOS LINFÁTICOS AXILARES

- Brazo-mano del lado tratado
- Pared torácica
- y/o mama

02

GANGLIOS LINFÁTICOS INGUINALES O PÉLVICOS

- Piernas
- Área pélvica
- Genitales

03

GANGLIOS LINFÁTICOS DEL CUELLO

- Cara
- Cabeza
- Cuello

Signos y síntomas iniciales

- 01 Ropa, joyas o accesorios más apretados.
- 02 Sensación de pesadez, de plenitud o rigidez de la zona.
- 03 Dolor, sensación de más tensión en la piel.
- 04 Edema observable, más acentuado hacia la noche y mejora por la mañana.

El edema después de la cirugía es normal y no se considera linfedema



Fuente : [Coline Haslé](#) on [Unsplash](#)



Linfedema secundario
a linfadenectomía axilar
derecha



Linfedema secundario
a linfadenectomía
inguinal

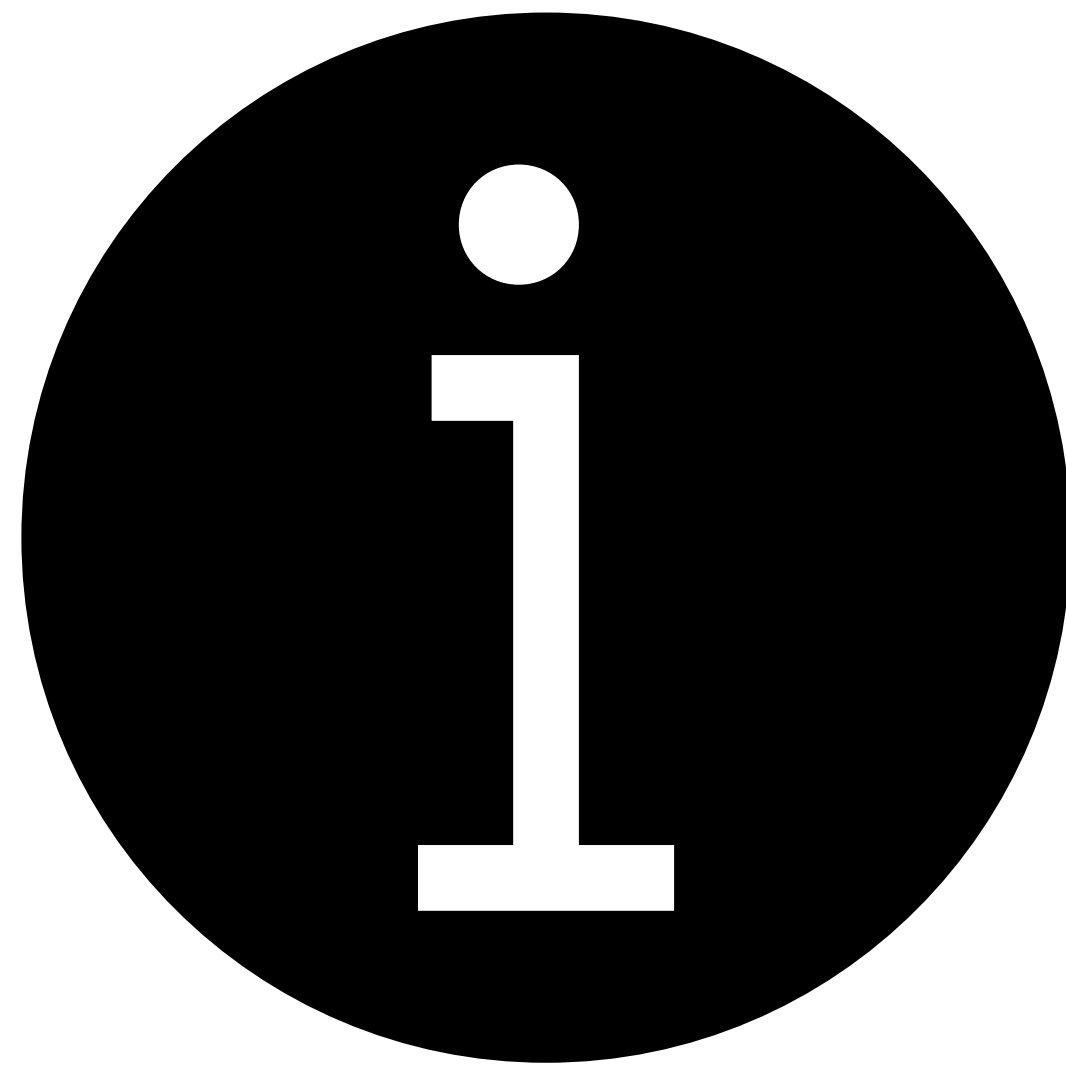
Una vez desarrollado el linfedema, ¿se puede curar?

- Es una condición crónica.
- Se puede controlar de forma exitosa.
- Las personas que desarrollan linfedema continúan llevando una vida plena y aprenden cómo manejar con éxito la condición a largo plazo.

Asesorar sobre la importancia de informar al equipo médico sobre los posibles cambios que se producen en la zona.



Fuente: Imágenes de archivo AECC



Servicio de urgencias si existen signos de infección (erisipela, celulitis, linfangitis)

Equipo médico oncológico si la persona se encuentra en tratamiento y/o seguimiento

Médico de atención primaria para derivación a servicio de rehabilitación o vascular

Asociaciones de pacientes (Limfacall, Asociación contra el Cáncer, Adelprise, AMAL, ADPLA, ...)

Fisioterapeutas especializados en disfunciones venolinfáticas.

Tratamiento multidisciplinar del linfedema secundario

Tratamiento conservador	Tratamiento quirúrgico	Tratamiento farmacológico
<div><div></div></div>	<div><div></div></div>	<div><div></div></div>
<div><div></div>Terapia física descongestiva</div>	<div><div></div>Microcirugía</div>	<div><div></div>Tratamiento de las infecciones amoxicilina eritromicina</div>
<div><div></div>Presoterapia, hidroterapia, kinesiotaping</div>	<div><div></div>Trasplante ganglionar</div>	
<div><div></div>Apoyo psicológico</div>	<div><div></div>Liposucción selectiva</div>	
<div><div></div>Control del peso y hábitos saludables</div>		

Celulitis en pared
torácica dorsal y brazo

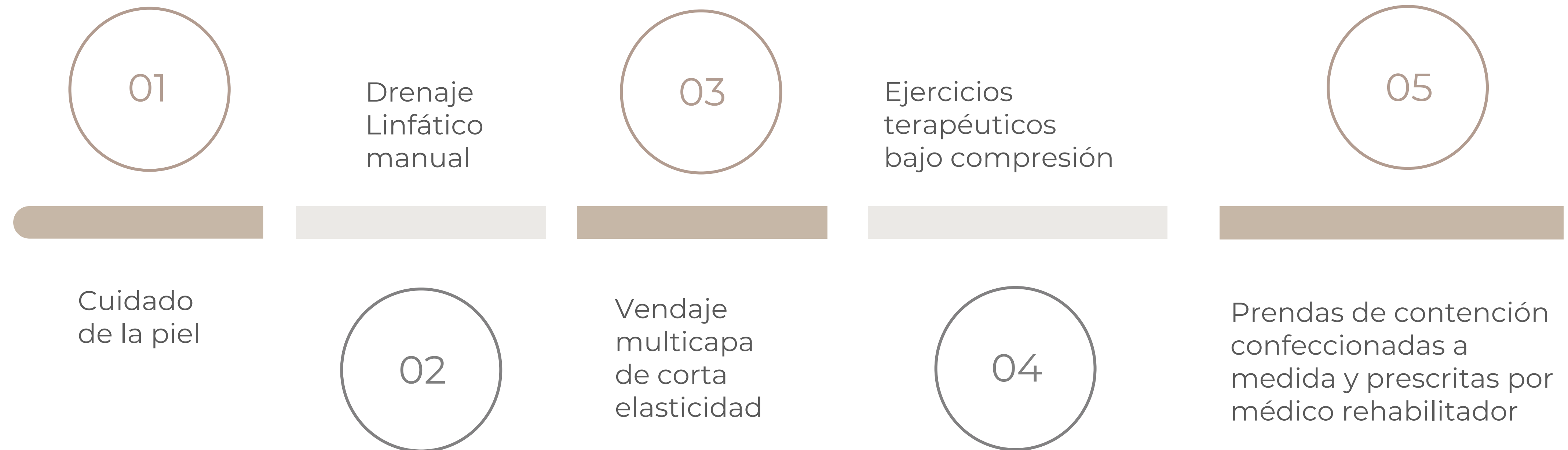


Erisipela en brazo



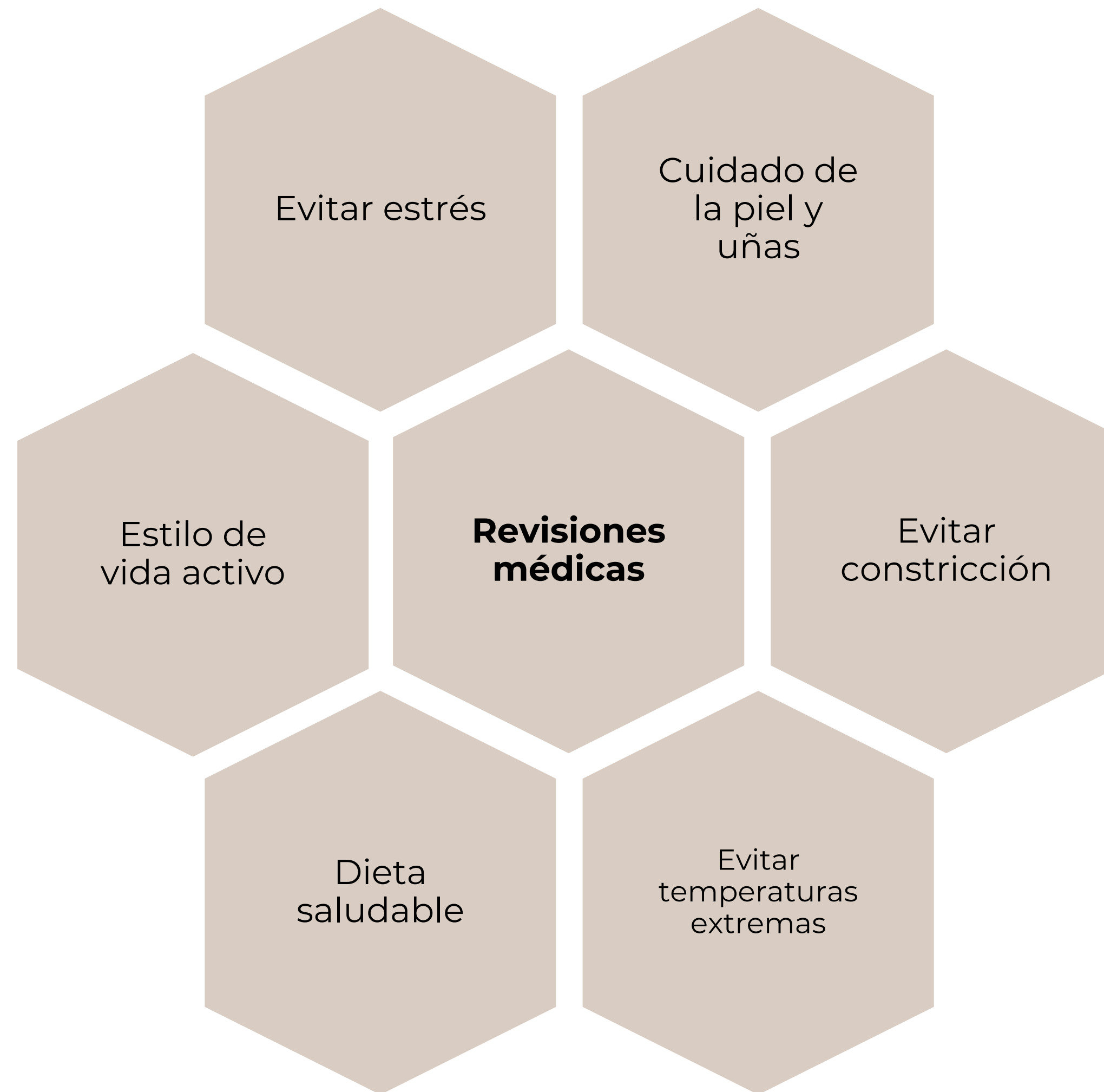
Terapia física descongestiva por fisioterapeutas especializados

FASE INTENSIVA + FASE DE MANTENIMIENTO



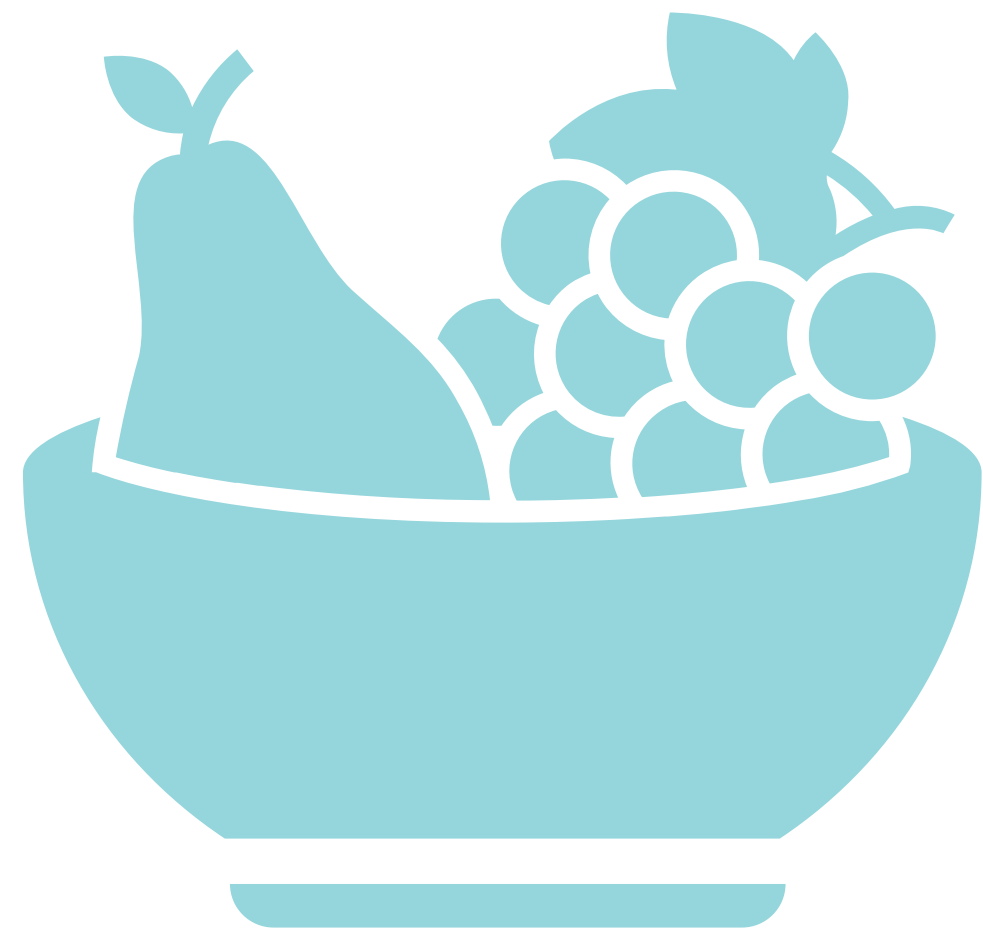
¿Cómo reducir el riesgo de linfedema?

PREVENCIÓN



Fuente : Herminia García

Mantener hábitos de vida saludable



Mantener un peso corporal óptimo y mantener una dieta equilibrada.



Mantener un nivel de actividad física óptimo y evitar un estilo de vida sedentario.



Evitar estados de estrés mantenido.

Mantener una dieta saludable y peso corporal óptimo

- El aumento de peso y el sobrepeso es un factor muy importante en el desarrollo de linfedema
- No hay evidencia que sugiera que seguir una dieta específica ayude a prevenir el linfedema
- Pero sí sabemos que mantener su peso dentro de los límites normales ayuda.

ALIMENTACIÓN SALUDABLE



Fuente : Tiago Faifa/Unsplash

Evitar estados de estrés mantenido

- El estrés juega un papel importante en síntomas físicos como problemas de la piel, hipertensión, ...
- **Control del apetito** → comer más



Mantener un estilo de vida activo. ¿Cómo?

- Consultar con el equipo médico
- Pedir asesoramiento especializado de un fisioterapeuta para el entrenamiento de fuerza muscular.
- Aumentar gradualmente en intensidad y duración.
- Progresar lentamente en cualquier actividad o ejercicio.
- Moverse dentro de la zona de confort

Si presenta linfedema utilizar el manguito o la media de contención.



Fuente : Damir Spanic/Unsplash

Mantener un estilo de vida activo. ¿Cómo?

- Disponemos de una fuerte evidencia sobre la seguridad de los ejercicios de resistencia en personas con linfedema secundario en cáncer de mama.
- Nuevos estudios han indicado que ejercicios más vigorosos pueden llevarse a cabo en las condiciones adecuadas.



Campbell KL et al., 2019

Linfedema



Seguro y no
dañino

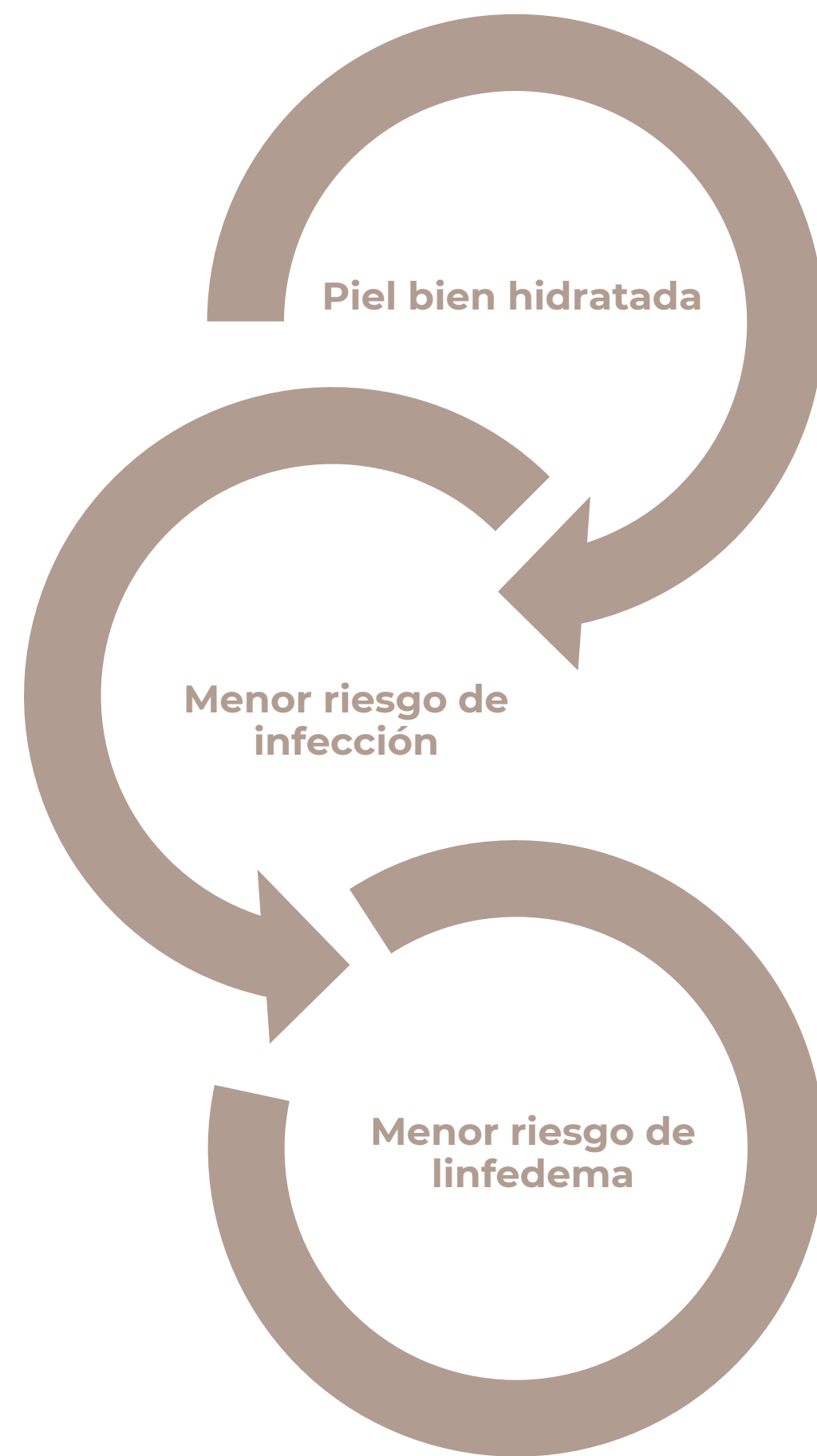


Previene linfedema
Mejora síntomas asociados a
linfedema

Prescripción	
Modalidad	Fuerza
Frecuencia	2-3/semana
Localización	Grandes grupos musculares
Intensidad	Sobrecarga progresiva lenta empezando con I bajas
Supervisión	Supervisión necesaria

Cuidado de la piel y las uñas

LA PIEL ES LA PRIMERA BARRERA DE DEFENSA



Fuente : FRFNB

Proteger la piel

1

MANTENER LIMPIA LA PIEL

Se recomiendan:

- Limpiadores suaves Ph 5.5.
- Deben ser fórmulas que no resequen la piel.
- Con tensioactivos suaves de origen natural y de buena tolerancia cutánea.
- Mejor evitar los jabones (sobre todo los que generan espuma).

2

SECAR CUIDADOSAMENTE

Se recomienda:

- Asegurarse de secar entre los dedos de la extremidad afectada.

Proteger la piel de lesiones



- Depilación con maquinilla eléctrica (no cera caliente ni cuchilla)
- Los hombres deben considerar cambiar a una máquina de afeitar eléctrica



- Utilizar cortaúñas (lima).
- No cortar cutículas.
- No morderse las uñas.



- Utilizar guantes en actividades de jardinería, para limpiar pescado, al utilizar productos agresivos de limpieza, horno.



- Evitar punciones como extracciones de sangre, inyecciones, acupuntura, si eres diabética pinchar en los dedos de la otra mano.

Fuente : Imágenes de archivo de AECC

Proteger la piel de lesiones



- Zapatos adecuados
- Zapatillas en piscinas, ríos, y playa



- Utilizar repelente de insectos si estamos en situación de riesgo (viajes, verano, ...)



- Protección solar SPF 50

Fuente : Imágenes archivo AECC

EN CASO DE HERIDA O PICADURA

Lavar la zona con agua y jabón.

Aplicar un antiséptico.
Solo el primer día, la primera vez.

Proteger la zona de entrada de
bacterias (si conviene)



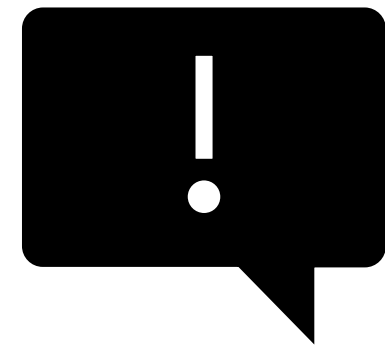
Fuente : imágenes de archivo AECC

EVITAR FUERTE CONSTRICCIÓN

- Evitar ropa, relojes, pulseras, ropa interior (sujetadores), cinturones, calcetines muy apretados.
- Buena utilización de los bolsos y mochilas.
- No tomar la tensión arterial en el brazo afectado.
- Calzado apropiado

EVITAR TEMPERATURAS EXTREMAS

- Evite la exposición al frío extremo (quemadura, agrietamiento de la piel)
- Evite la exposición prolongada (> 15 minutos) al calor, especialmente jacuzzis y saunas
- Evite sumergir la extremidad en agua a temperaturas superiores a 102 grados



Una vez desarrollado el linfedema,
¿cuál es su tratamiento?



Tratamiento multidisciplinar del linfedema

01

Tratamiento conservador

- Terapia física descongestiva
- Presoterapia
- Kinesiotaping
- Hidroterapia
- Apoyo psicológico
- Control del peso

02

Tratamiento farmacológico

- Diurético/Benzopironas
- Tratamiento de las
infecciones amoxicilina
eritromicina

03

Tratamiento quirúrgico

- Microcirugía
- Transplante ganglionar
- Liposucción selectiva



Toda la información contenida en este material es estrictamente CONFIDENCIAL.

Toda la información es orientativa y está únicamente destinada a los participantes de la formación en estética oncológica para dar consejos generales sobre el cuidado de la piel. En ningún caso estos contenidos reemplazan cualquier consulta con tu médico/a o profesional médico/a. 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. Para cualquier duda sobre los consejos o el uso de los productos, consulta con tu médico/a, profesional médico/a o esteticista profesional especializado/a en tratamientos oncológicos. Todos los logotipos, marcas registradas y nombres comerciales de terceros que aparecen en estos materiales pertenecen a sus propietarios respectivos.

©2025 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.