

# Cuidar la imagen para afrontar la enfermedad

LA DERMOCOSMÉTICA ORIENTADA AL PACIENTE ONCOLÓGICO OFRECE LA RESPUESTA AL TRATAMIENTO DE LA PIEL Y CABELLO EN ESTA ETAPA TAN DELICADA. CONTRIBUYEN A AUMENTAR LA AUTOESTIMA, IMPRESCINDIBLE PARA SOBRELLEVAR MEJOR LA LUCHA CONTRA EL CÁNCER.

Estoy en tratamiento oncológico: ¿Cómo puedo cuidarme? ¿Qué cosméticos puedo usar y cuáles no? Un problema que demanda una solución y, por suerte, cada vez hay más productos específicos para tratar piel y el cabello de los pacientes con cáncer con un doble objetivo: paliar las molestias que sufren en el tratamiento de la quimioterapia o radioterapia al que han de someterse y también subir la autoestima para ayudarles a enfrentarse mejor a la enfermedad. ¿Cómo sufre la piel del paciente con cáncer? ¿Qué síntomas son más evidentes? ¿Cómo aliviarla? ¿Qué hacer antes durante y después con el cabello? Nos adentran en el tema -hoy a la orden del día- dos expertos en la materia: María Unceta-Barrenecha Olázar, fundadora de la línea cosmética María d'Uol Oncology, y la Clínica Gotas de Belleza, especialistas en el cuidado del cabello.

## Piel cuidada durante el tratamiento

Tanto las terapias más recientes como la quimioterapia convencional tienen efectos secundarios específicos sobre la piel, el cabello y las uñas, que son vías de eliminación de los tóxicos. *“Los efectos dependen del fármaco administrado a cada persona y aunque pocas veces revisten gravedad, a menudo generan molestias tan grandes como para que el paciente desee interrumpir el tratamiento contra el cáncer”*, nos recuerdan los expertos de María d'Uol Oncology.

Se trata de:

- Picor en la piel de todo el cuerpo o del cuero cabelludo, dificultando el sueño y el descanso durante la noche, así como aumentando la irritabilidad.



- Granos dolorosos y bultos purulentos en rostro, cuello, región torácica superior o espalda.
- Sensibilidad en la piel del rostro, similar a la quemadura de sol.
- Llagas en nariz, ojos o boca, similares a las aftas.
- Inflamación y enrojecimiento doloroso del tejido alrededor de las uñas, que se vuelven quebradizas y se pueden caer.
- Grietas en la yema de los dedos o en la planta de los pies.
- Caída del cabello.
- Crecimiento aumentado del vello facial.
- Facilidad para los hematomas.
- Sequedad y descamación de la piel.
- Sequedad y comezón en los ojos.
- Manos con piel engrosada, dolorida y, a veces, con ampollas que impiden sostener objetos por el dolor producido.

- Piel de los pies engrosada, con eventuales callos en las palmas o en los talones.

## Los efectos de la radioterapia sobre la piel

Es un tratamiento localizado, cuyos efectos secundarios varían en función del área tratada, la dosis total recibida, la dosis aplicada en cada sesión y la respuesta individual de cada persona. Entre ellos, son comunes el cansancio y las reacciones en la piel (radio dermatitis), que pueden producirse al margen de la zona donde se aplique:

- Alteraciones cutáneas similares a la de una quemadura solar mientras dura el tratamiento. El eritema que se produce a las 2 o 3 semanas precede a la pigmentación oscura que adquiere la piel en la zona tratada a partir de la cuarta semana.
- Alteraciones más severas como dermatitis o epitelitis en zonas de la piel como los pliegues, cuya aparición depende de la susceptibilidad individual.

Los efectos secundarios de la quimioterapia y de la radioterapia son muy conocidos por los oncólogos, que durante años han asistido impotentes a la aparición de lesiones sobre la piel, el pelo o el cabello, sin poder hacer mucho más que administrar medicamentos para un limitado alivio del síntoma. Aunque temporales, estos efectos empeoran tanto la calidad de vida de los pacientes que algunos llegan a plantearse el abandono del tratamiento.

El enrojecimiento, el prurito, las llagas, etc. han estado relegados a un segundo plano hasta la aparición de productos específicos que llegan para prevenir, aliviar y reparar los efectos secundarios de la quimioterapia y la radioterapia sobre la piel.

## La caída del cabello por quimioterapia

Para hablar del problema de la caída del cabello en pacientes con cáncer recurrimos a la Clínica Belleza en Gotas que nos habla de los efectos secundarios que más angustian a quienes padecen cáncer.

La pérdida de pelo se produce porque algunos tratamientos pueden dañar las células que ayudan al crecimiento del cabello. La caída no se produce en todos los casos, ni de la misma manera. Suele comenzar a partir de la primera semana desde el inicio del tratamiento y puede ser parcial o integral, dependiendo del fármaco, de la dosis y de la persona. Cuando el fármaco se inyecta es más probable que se pierda el cabello ya que se extiende por todo el cuerpo.

Para evitar que el cambio físico tenga mayor impacto psicológico, es recomendable cortarse el pelo antes del inicio del tratamiento.

## “Contrarrestar y controlar los efectos secundarios del tratamiento de la enfermedad es un factor vital para minimizar el impacto psicológico y ayudar al paciente a sentirse mejor”, recuerda el doctor Gómez León

Según el Dr. Gómez León, *“el uso de compresas frías antes, durante y después del tratamiento quimioterápico puede ayudar a evitar la caída, ya que estrecha los vasos sanguíneos en la piel de la cabeza y de esta manera llega menos fármaco a los folículos pilosos”.*

El uso de pelucas o postizos, mientras crece de nuevo el propio cabello, también es una buena opción para que el cambio de imagen no sea tan impactante. Además, un acompañamiento psicológico y hablar abiertamente del tema con un especialista puede ser de gran ayuda.

### Y el cabello vuelve a crecer...

En general, el nuevo cabello tarda entre seis y doce meses en volver a crecer por completo y puede tener una textura e incluso un color diferente al pelo original. *“Será mucho más fino y se puede dañar con mayor facilidad. Esto es debido al proceso que se ha producido en el folículo piloso durante el tratamiento, por eso es importante tener un cuidado especial”;* afirma el doctor Gómez León.

Cuidar el cabello y el cuero cabelludo durante el tratamiento del cáncer es clave según el especialista. Por este motivo, aconseja

*“lavarse el pelo un máximo de dos veces por semana, masajear el cuero cabelludo para quitar la piel reseca, realizar un cepillado suave con peine de púas anchas, evitar sujetar el cabello, así como rizarlo o usar secador con aire muy caliente”.*

El estado de ánimo puede jugar un papel fundamental para afrontar el cáncer. Sentirse bien con uno mismo y minimizar los efectos físicos derivados del tratamiento es clave para tener una actitud positiva ante esta enfermedad.

*“Para muchos pacientes, la pérdida de pelo causada por el tratamiento supone más que un cambio físico. Contrarrestar y controlar los efectos secundarios del tratamiento de la enfermedad es un factor vital para minimizar el impacto psicológico y ayudar al paciente a sentirse mejor”;* comentan los expertos de esta clínica.

El primer paso es el diagnóstico acudiendo a un especialista para que realice un estudio completo y valore qué terapia aplicar. La mesoterapia capilar y el láser de baja tensión son algunas de las técnicas que pueden contribuir a regenerar el cabello tras la pérdida debida a la quimioterapia, según el dr. Gómez León. +

