

TOXICITAT CUTÀNIA A LES MANS I ALS PEUS ASSOCIADA A LA QUIMIOTERÀPIA

EDUCACIÓ PER A LA SALUT

Alguns tractaments de quimioteràpia, com a efecte secundari, poden produir alteracions de la integritat de la pell com la síndrome mà-peu anomenada també eritrodisestèsia palmoplantar, una afecció dolorosa que pot arribar a limitar les activitats de la vida diària del pacient.

QUÈ CAUSA L'ERITRODISESTÈSIA PALMOPLANTAR?

La teoria més acceptada indica que, després de l'administració de quimioteràpia, s'arriben a infiltrar petites quantitats de fàrmac a través dels capil·lars de la pell que afecten, essencialment, els peus i/o les mans. Aquest alliberament del fàrmac produeix alteracions a nivell de l'epidermis i de les ungles



ÉS IMPORTANT que us faceu un bon examen de la pell abans d'iniciar el tractament per valorar la presència de qualsevol alteració dermatològica, especialment si patiu diabetis. És recomanable acudir al podòleg.

Un vegada iniciat el tractament, heu de comentar a l'oncòleg si apareix qualsevol complicació per tractar-la com més aviat millor.

SÍMPTOMES QUE PODEN APARÈIXER

- Adormiment i enrogiment dels palmells i de les plantes dels peus (similar a una cremada solar) amb una sensació de cremor.
- Pell clivellada, exfoliada o amb descamacions.
- Augment de la sensibilitat de l'àrea amb una sensació d'entumiment i de formigueig, cosa que pot produir un dolor intens, limitar la marxa o impedir agafar coses amb les mans amb facilitat.
- Formació de butllofes i d'úlceres.
- Pell resseca i/o clivellada, endurida, fins i tot poden aparèixer durícies a les zones de recolzament.
- Infeccions unguials amb la inclusió de l'ungla en la pell.
- Els símptomes solen aparèixer de manera bilateral o sigui a les dues mans i/o als dos peus, poden ser lleus o aguts depenent de cada pacient.
- Apareixen unes setmanes després d'iniciar el tractament i es poden mantenir uns mesos després de haver finalitzat la teràpia.

PREVENCIÓ

La cura de la pell s'ha d'iniciar una setmana abans de començar el tractament. Les recomanacions següents us ajudaran a reduir els símptomes:

- Rentau-vos diàriament a casa amb aigua tèbia. Evitau l'ús de irritants de la pell com el sabó i el perfum que continguin alcohol. Utilitzau substituïts del sabó com les locions de civada o el sabó amb pH neutre.



- Evitau l'ús d'aigua calenta (saunes o banys de vapor) ja que pot exacerbar els símptomes. Si cal fer alguna activitat domèstica, utilitzau guants.
- Aplicau-vos cremes humectants, hidratants i reparadores amb urea tòpica al 10% tres vegades al dia. La urea tòpica actua com a humectant augmentant la hidratació de l'estrat corni.
- Evitau les mitges i els calcetins ajustats. Utilitzau calcetins de cotó que transpirin i sense costures.
- Feis servir plantilles encoixinades en el calçat per reduir la pressió als peus.
- Emprau un calçat còmode amb sola de goma que no fregui ni molesti.
- Descansau amb les extremitats elevades per afavorir el retorn venós.
- Evitau les activitats que produeixin fricció a les mans i als peus: rentar-vos vigorosament les mans, córrer, saltar, treballar al jardí, tallar aliments.
- Evitau l'exposició al sol mentre faceu el tractament. Utilitzau factor 30, o més alt, de protecció del sol o camises de màniga llarga i pantalons llargs.



ATENCIÓ TELEFÒNICA PER A CITES

Tel. 871 206 126 (de 08.00 a 20.00 h)

INFERMER D'URGÈNCIES D'HOSPITAL DE DIA

Tel. 871 206 343

(L'Hospital de Dia està tancat els dissabtes horabaixa,
les nits i els festius.)

ANOTACIONS

TOXICIDAD CUTÁNEA EN MANOS Y PIES ASOCIADA A LA QUIMIOTERAPIA

EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Algunos tratamientos de quimioterapia, como efecto secundario, pueden producir alteraciones de la integridad de la piel como el síndrome mano-pie llamado también eritrodisestesia palmoplantar, una afección dolorosa que puede llegar a limitar las actividades de la vida diaria del paciente.

¿QUÉ CAUSA LA ERITRODISESTESIA PALMOPLANTAR?

La teoría más aceptada indica que, después de la administración de quimioterapia, se llegan a infiltrar pequeñas cantidades de fármaco a través de los capilares de la piel que afectan, esencialmente, a los pies y/o a las manos. Esta liberación del fármaco produce alteraciones a nivel de la epidermis y de las uñas.



ES IMPORTANTE que se realice un buen examen de la piel antes de iniciar el tratamiento para valorar la presencia de cualquier alteración dermatológica, especialmente si padece diabetes. Es recomendable acudir al podólogo.

Una vez iniciado el tratamiento, debe comentar a su oncólogo si aparece cualquier complicación para tratarla cuanto antes.

SÍNTOMAS QUE PUEDEN APARECER

- Adormecimiento y enrojecimiento de las palmas y de las plantas de los pies (similar a una quemadura solar) con una sensación de quemazón.
- Piel agrietada, exfoliada o con descamaciones.
- Aumento de la sensibilidad del área con una sensación de entumecimiento y de hormigueo, lo que puede producir un dolor intenso, limitar la marcha o impedir coger cosas con las manos con facilidad.
- Formación de ampollas y úlceras.
- Piel reseca y/o agrietada, endurecida, incluso pueden aparecer callos en las zonas de apoyo.
- Infecciones ungueales con inclusión de la uña en la piel.
- Los síntomas suelen aparecer de forma bilateral o sea en ambas manos y/o pies, pueden ser leves o agudos dependiendo de cada paciente.
- Aparecen unas semanas después de haber iniciado el tratamiento y pueden permanecer unos meses después de haber finalizado la terapia.

PREVENCIÓN

El cuidado de la piel debe iniciarse una semana antes de empezar el tratamiento. Las siguientes recomendaciones le ayudarán a reducir los síntomas:

- Lavar-se a diario en casa con agua tibia. Evitar el uso de irritantes de la piel como jabón y perfume que contengan alcohol. Utilizar sustitutos del jabón como las lociones de avena o el jabón con pH neutro.



- Evitar el uso de agua caliente (saunas o baños de vapor) ya que puede exacerbar los síntomas. Si hay que realizar alguna actividad doméstica, utilizar guantes.
- Aplicarse cremas humectantes, hidratantes y reparadoras con urea tópica al 10% tres veces al día. La urea tópica actúa como humectante aumentando la hidratación del estrato córneo.
- Evitar las medias y los calcetines ajustados. Utilice calcetines de algodón que transpiren y sin costuras.
- Usar plantillas acolchadas en el calzado para reducir la presión en los pies.
- Usar calzado cómodo con suela de goma que no roce ni moleste.
- Descansar con las extremidades elevadas para favorecer el retorno venoso.
- Evitar las actividades que produzcan fricción en las manos y en los pies: lavarse vigorosamente las manos, correr, saltar, trabajar en el jardín, cortar alimentos.
- Evitar la exposición al sol mientras recibe el tratamiento. Usar factor 30, o más alto, de protección del sol o camisas de manga larga y pantalones largos.



ATENCIÓN TELEFÓNICA PARA CITAS

Tel. 871 206 126 (de 08.00 a 20.00 h)

ENFERMERO DE URGENCIAS DE HOSPITAL DE DÍA

Tel. 871 206 343

(Hospital de Día permanecerá cerrado los sábados por la tarde, las noches y los festivos)

ANOTACIONES