elmundo.es

PREVENCIÓN DEL LINFEDEMA

Tras una operación de cáncer de mama, ponga un fisioterapeuta en su vida

- **Un estudio español señala que las mujeres se benefician de una intervención temprana**

Actualizado martes 26/01/2010 10:32 (CET)

MARÍA VALERIO

Sesión de masaje en un centro de fisioterapia (Foto: Antonio Heredia)

MADRID.- Algunas mujeres que son operadas de cáncer de mama sufren un incómodo efecto secundario llamado linfedema. Esta hinchazón crónica del brazo no tiene tratamiento curativo una vez que surge; sin embargo, un estudio español ha demostrado que acudir cuanto antes a un fisioterapeuta especializado puede prevenir su aparición.

El linfedema es una consecuencia de la extirpación de los ganglios de la axila, lo que provoca una **acumulación de la linfa en los tejidos del brazo**. Y con ello, dolores, molestias, dificultad de movimiento y un antiestético abultamiento que supone un problema añadido a la enfermedad para muchas de estas pacientes.

La revista 'British Medical Journal' publica esta semana la experiencia llevada a cabo en el Hospital Universitario de Alcalá de Henares (Madrid) con 120 mujeres que habían pasado por el quirófano por un tumor de la mama. Como explica a ELMUNDO.es una de las fisioterapeutas y autoras del estudio, María Torres Lacomba, la mitad de las participantes fueron sometidas a **tres sesiones semanales de fisioterapia** durante tres semanas, comenzando nada más recibir el alta (entre tres y cinco días tras la operación). La otra mitad sólo recibió formación teórica sobre los autocuidados que pueden prevenir la aparición del problema.

Mejora la movilidad

Sus conclusiones han demostrado que los masajes de drenaje linfático, combinados con ejercicios para recuperar la movilidad del brazo tenían éxito en la prevención del linfedema, así como en otras complicaciones derivadas de la cirugía, como la inflamación de los vasos linfáticos (denominada trombosis linfática superficial).

Aunque las nuevas técnicas quirúrgicas menos mutilantes (como la del ganglio centinela) están reduciendo la tasa de linfedema, aún sigue apareciendo en el 71% de las mujeres en el primer año de cirugía. "Aunque **no hay manera de evitarlo al cien por cien**, esta investigación demuestra que la aplicación precoz de fisioterapia posquirúrgica permite minimizar el problema", explica la fisioterapeuta española.

Concretamente, este equipo demostró que la incidencia del problema era cuatro veces menor en el grupo de mujeres tratadas que en las que sólo recibieron las sesiones informativas. Aunque, como advierte en un editorial en la misma revista Andrea Cheville, de la Clínica Mayo de Rochester (EEUU), es demasiado pronto para saber si han logrado evitar el linfedema o sólo retrasar su aparición. "Es cierto que deberíamos seguirlas durante toda la vida para estar

seguros", reconoce Torres, "aunque **la mayoría de los linfedemas aparecen en el primero y segundo año tras la cirugía**, y los datos que llevamos analizados en este segundo año demuestran que seguimos teniendo cuatro veces mejores resultados que sin el masaje".

Aunque cada existe mayor conciencia entre cirujanos y oncólogos sobre este problema, Torres asegura que este tipo de resultados deberían animar a los profesionales españoles a remitir a las mujeres al servicio de fisioterapia del hospital cuanto antes. "Este seguimiento nos permite prevenir y retrasar el linfedema", concluye la especialista. Eso sí, como advierte a su vez el editorialista, conviene ponerse en manos de profesionales cualificados y que estén formados en el tratamiento del linfedema.

PUBLICIDAD **Olvídate de tu suegra por 0,15 Euros en FELIZ BINGO**

© 2010 Unidad Editorial Internet, S.L.

Dirección original de este artículo:

http://www.elmundo.es/elmundosalud/2010/01/20/oncologia/1263978988.html