

CÓMO TRATAR LA DESHIDRATACIÓN DE LA PIEL

POR EL CÁNCER DE MAMA



DIGNABEL AMORÓS
 Experta en estética profesional avanzada
 Asesora de imagen en Belleza y Estilo
 www.daimagen.es

Los tratamientos para combatir el cáncer de mama suelen generar efectos secundarios. Entre los más comunes se encuentra la sequedad de la piel. Para intentar paliar este síntoma existen prácticos consejos y activos que pueden ayudar a devolver la hidratación a la dermis.

dentro de los tratamientos utilizados para combatir el cáncer de mama, la quimioterapia, la radioterapia y los tratamientos hormonales actúan como potentes fármacos circulando por el torrente sanguíneo y dañando directamente las células que están creciendo de forma activa. Debido a que, por lo general, las células cancerosas se dividen más rápidamente que las normales, también son más susceptibles a la acción de estos tratamientos. Sin embargo, el daño a las células normales es inevitable y explica los efectos secundarios vinculados a ellos. Este fenómeno revela el daño producido a nuestro escudo natural protector, llamado manto hidrolipídico de la piel, pudiéndolo desestabilizar de forma considerable y formando parte de un efecto secundario grave: la deshidratación de la piel.

Los efectos pueden variar de una persona a otra, pudiendo llegar a ser en algunos casos muy molestos. Como profesionales de la piel, siempre será una gran responsabilidad dar a nuestras clientas que están en esta situación, toda la información, consejos y aclaraciones posibles, así como nuestra total dedicación y apoyo. Nuestro objetivo, debería basarse en conseguir un nivel óptimo de hidratación antes del tratamiento, proteger la piel de la agresión de la quimioterapia y la radioterapia, además de favorecer la regeneración de las zonas más dañadas. Un buen seguimiento y unos cuidados oportunos harán que la piel vaya mejorando de aquellas consecuencias inevitables como eritemas, descamaciones, pruritos, hiperpigmentación y sequedad en la piel. También procuraremos ayudar a reducir el grado de toxicidad, provocada por la radioterapia.

Consejos clave del cuidado de la piel con tratamiento oncológico

Nuestra piel debe estar muy cuidada. Eso quiere decir que se deben emplear los cosméticos y cuidados de belleza (cremas y tratamientos) siempre autorizados por el facultativo. Nosotras, como profesionales, debemos llevar el seguimiento y valoración para que la piel se mantenga en las mejores condiciones posibles. Es necesario tratarla con mimo. El buen estado de la piel también estará condicionado por el trato que le demos. Es preciso no frotarla demasiado, mantenerla limpia y seca, evitando usar jabones agresivos, y secarla siempre que la humedecemos con toallas suaves. Otras claves serán: tomar duchas rápidas con agua tibia, en lugar de baños largos con agua caliente en la bañera; prescindir

de esponjas, manoplas y guantes de crin, para no alterar el manto lipídico; y ayudar a mantener al máximo su propia hidratación.

- **Mucha hidratación.** Además de la necesidad de beber diariamente 2 litros de agua, la utilización de una crema hidratante adecuada a las características y necesidades de la piel debe convertirse en el cuidado básico de belleza. No vale cualquier crema hidratante, aunque sí tendrán todas como características comunes la formulación suave, ser hipoalérgicas y sin fragancia.
- **Extremar el efecto calmante.** Muchas veces, la piel se vuelve seca o se llena de manchas. Cualquier alteración ▶





que se produzca en la piel se deberá tratar calmándola, no irritándola. Una piel delicada, necesita un tratamiento delicado. Hay que asegurarse de no utilizar productos que podrían secarla, hacer que se irrite (como tratamientos astringentes, productos con alcohol, etc.) o que sean demasiado grasos y tendentes al acné (como productos ricos en aceites y ceras). Es necesario observar bien la piel para ver los resultados que se obtienen con los productos utilizados. Si notamos cualquier rojez o irritación, es preciso no volver a emplear ese producto. Además, directamente sobre la piel debemos evitar perfumes, agua de colonia o lociones que contengan alcohol y que contribuyan a resecarla.

■ **Máximo cuidado frente al sol.** Mientras se recibe un tratamiento de radioterapia, la zona irradiada nunca podrá exponerse al sol directamente ya que éste provoca que la piel se vuelva más sensible a la luz. Ni siquiera usando protector solar se podrán tomar baños de sol hasta que lo autorice el médico especialista. Generalmente se deberá esperar un año para exponer, con protección, la zona tratada. Tampoco hay que olvidar la protección de la mucosa de los labios que también puede presentar síntomas de sequedad y deshidratación por los tratamientos oncológicos descritos. Será necesario avanzar a esta sintomatología, protegiéndonos con hidratantes para los labios (prescindiendo de protectores que contengan alcohol o eucaliptos).

■ **Maquillaje sí, pero muy hidratante y natural.** Para mejorar el aspecto del día a día, podemos recurrir a la utilización del maquillaje. La esteticista en este campo, puede ofrecer a sus clientas un pequeño taller de automaquillaje “expres” donde, con unas pautas muy básicas, se explique la aplicación a diario de una crema hidratante con color (estas protecciones contienen filtros solares altos, unifican el tono y atenúan las imperfecciones) y cómo remarcar las cejas y perfilar los ojos para aportar intensidad a la mirada, sobre todo si se ha perdido volumen de pestañas. Los productos a utilizar deberán ser hipoalergénicos, con vitaminas y de alta calidad.

Activos principales a utilizar

Para prevenir y mantener las mejores condiciones de la piel y que sufra las menos alteraciones posibles, podríamos destacar los siguientes activos para mantener a diario una buena hidratación y recuperación, gracias a sus propiedades terapéuticas:

■ **Ácido hialurónico:** mucopolisacárido polimerizado que integra la estructura matriz del tejido conectivo. A través de la formación de una red viscoelástica, las soluciones de ácido hialurónico fijan el agua con extraordinaria intensidad. Juega un papel fundamental en el envejecimiento cutáneo, la curación de las heridas y la cicatrización. Es apropiado en estos casos porque no es tóxico, alergénico y no irrita la piel.

■ **Aloe vera:** además de sus acciones hidratantes, antisépticas y bacterianas, tiene la acción de aumentar la proliferación de las células responsables del colágeno, por lo que favorece la regeneración del tejido epitelial.

■ **Condroitín sulfato:** mucopolisacárido que participa en una amplia variedad de procesos biológicos. Componente estructural de la piel que interactúa con el ácido hialurónico contribuyendo a mantener el estado de hidratación y elasticidad de la piel. Favorece la reparación de tejidos dañados.

■ **Pro-Vitamina A:** como principal característica destaca su excepcional efecto antioxidante, además de la capacidad para estimular la división celular y generar nuevo colágeno. La Pro-Vitamina A mejora la textura y firmeza de la piel. Un déficit de esta vitamina puede ocasionar alteraciones patológicas y afectar las mucosas.



■ **Vitamina E:** vitamina liposoluble que impide la oxidación de los ácidos grasos poliinsaturados y, en consecuencia, garantiza la estabilidad de la membrana celular, retrasando el envejecimiento celular. Con la adición de vitamina E, las membranas celulares quedan protegidas frente a la actividad destructora de los radicales libres.

■ **Vitamina F:** ácidos grasos poliinsaturados que forman parte de la estructura de la membrana celular. Ejercen una acción esencial en el mantenimiento del equilibrio de la piel, nutriéndola de agentes irritantes externos. ■