

Fenómeno de Raynaud después del tratamiento de cáncer

¿Qué es el fenómeno de Raynaud?

El fenómeno de Raynaud es una condición que puede causar que algunas áreas de su cuerpo se sientan adormecidas y frías como respuesta a la temperatura fría o al estrés. La condición Raynaud es un trastorno que causa el estrechamiento temporal de los vasos sanguíneos, lo que limita el flujo de sangre durante breves períodos de tiempo. Esto se llama un vasoespasmo. Durante los períodos de vasoespasmo, la piel se ve privada de oxígeno y puede ponerse pálida y luego cambiar a un color azulado. A medida que los vasos sanguíneos se relajan y se reanuda el flujo de sangre, la piel puede ponerse roja. Las manos y los pies son los más afectados, pero la condición de Raynaud también puede incluir la nariz, labios, mejillas y orejas.

Síntomas

- Cambios en el color de la piel (en general de blanco a azul y a rojo)
- Cambios en la temperatura de la piel (las áreas afectadas se sienten más frías)
- Entumecimiento o sensación de hormigueo en los dedos de las manos (no en los pulgares) y de los pies
- Episodios temporales de dolor (que se describe como punzante) e inflamación

¿Qué sucede durante un ataque?

Para la mayoría de las personas, la temperatura fría o el estrés estimulan un ataque. Normalmente, cuando el cuerpo se expone al frío, las manos y los pies pierden calor rápidamente. Con el fin de conservar el calor, el cuerpo reduce el flujo de sangre cerca de la superficie de la piel y lo mueve más profundamente dentro del cuerpo. Para las personas con la condición de Raynaud, esta respuesta normal es exagerada por los espasmos repentinos de pequeños vasos sanguíneos que suministran sangre a los dedos de las manos y los pies. Esto reduce en gran medida el suministro de sangre en manos y pies, causando cambio en el color y la temperatura de la piel. La primera señal es a menudo la palidez (o blancura) en respuesta al espasmo. La piel puede entonces ponerse azul (cianótico) y sentirse entumecida o fría, debido a la falta de sangre rica en oxígeno. Finalmente, a medida que los pequeños vasos sanguíneos se relajan y se dilatan, y regresa el flujo sanguíneo, la piel puede enrojecerse e inflamarse. A medida que termina el ataque, generalmente puede ocurrir palpitación y hormigueo en dedos de manos y pies. Los ataques de Raynaud pueden durar desde segundos hasta horas.

¿Quién está en riesgo?

Los sobrevivientes de cáncer infantil que recibieron tratamiento con vinblastina o vincristina a veces desarrollan el fenómeno de Raynaud.

Prevención

Generalmente el fenómeno de Raynaud es una enfermedad crónica que posiblemente usted tenga que

controlar toda la vida. Algunas personas pueden ver una mejoría lenta durante varios años. Para prevenir ataques es importante:

- **Use ropa abrigadora cuando esté al aire libre.**
- **Tome precauciones en el interior.** Use calcetines. Evite corrientes de aire, como cuando abre el refrigerador o congelador. Use guantes para agarrar cosas frías. Utilice el aire acondicionado con moderación. Para beber utilice vasos aislantes.
- **Evite poner las manos desprotegidas en agua fría.**
- **No consuma tabaco o drogas como la cocaína.** La nicotina y la cocaína contraen los vasos sanguíneos y hacen que la temperatura de la piel baje, lo que puede conducir a un ataque.
- **Haga ejercicio.** El ejercicio regular puede mejorar la circulación y ayudar a controlar el estrés.
- **Intente manejar su nivel de estrés.** Dado que el estrés es en general un factor que desencadena los ataques de Raynaud, el control del estrés puede ayudar a que los ataques sean más cortos y menos frecuentes.

Tratamiento

El tratamiento se dirige a disminuir el número y la severidad de los ataques con el fin de prevenir el daño a los tejidos. Las personas con fenómeno de Raynaud deben seguir todas las recomendaciones anteriores para prevenir ataques. Además, si los ataques son provocados por la exposición al frío, colocar la parte afectada del cuerpo en agua tibia puede ayudar a detener los síntomas. Otros métodos de tratamiento incluyen los medicamentos y la bioautorregulación.

Medicamentos

Para el tratamiento de los síntomas severos a veces se prescriben los medicamentos que ayudan a dilatar los vasos sanguíneos y a promover la circulación.

Ciertos medicamentos de prescripción a veces pueden empeorar los síntomas. Estos incluyen las pastillas anticonceptivas y algunos medicamentos para el corazón y la presión arterial. Si usted está tomando alguno de estos medicamentos y tiene síntomas de la condición de Raynaud, consulte con su proveedor de atención médica sobre las alternativas posibles.

Ciertos medicamentos de venta sin receta para el resfriado, o pastillas para dieta pueden empeorar los síntomas y deben evitarse. Estos incluyen medicamentos que contienen pseudoefedrina (como Actifed® y Sudafed®)

Bioautorregulación

Usar su mente para controlar el estrés y la temperatura corporal puede ayudar a disminuir la gravedad y frecuencia de los ataques. Esto puede incluir la imaginación guiada y / o los ejercicios de respiración profunda. Un psicólogo puede ser útil en el diseño de un programa de bioautorregulación que satisfaga sus necesidades.

Escrito por Susan V. Shannon, RN, MSN, CPNP, CPON®, Miller Children's and Women's Hospital Long Beach, Long

Beach, CA.

Revisado por Thanh Le, MD; Joetta Deswarte-Wallace, RN, MSN; Neyssa Marina, MD; Debra L. Friedman, MD; Melissa M. Hudson, MD, Rebecca D. Pentz, PhD; John R. Mussman, JD; y José Pacifico, RN, BScN.

Traducido por Claudia Cornejo, BA y Sonia Dupré, PhD, Baylor College of Medicine, Houston, TX.

Traducción revisada por Ricardo J. Flores, MD, Baylor College of Medicine, Houston, TX; Monica Gramatges, MD, Baylor College of Medicine, Houston, TX; Julie A. Wolfson, MD, MSHS, Children's Hospital of Alabama, Birmingham, AL; y Isaac Martinez, BA, Institute of Cancer Outcomes and Survivorship, University of Alabama at Birmingham, Birmingham, AL.

Baylor College of Medicine desea reconocer el apoyo de traduciendo los "Health Links" al Español que fue provisto por una subvención generosa del Cancer Prevention Research Institute of Texas (CPRIT) Numero de Subvención PP130070.

Información adicional para sobrevivientes del cáncer infantil esta disponible en www.survivorshipguidelines.org

Nota: A través de esta serie de "Health Links," el termino "cáncer infantil" es usado para designar cánceres pediátricos que pueden ocurrir durante la niñez, adolescencia o juventud. Las Health Links son diseñadas para dar información a sobrevivientes del cáncer pediátrico ya sea que el cáncer haya ocurrido durante la niñez, adolescencia o juventud.

Advertencia y Notificación de los Derechos de Propiedad

Introducción a los Efectos a largo plazo y las Health Links: El "Long-Term Follow-Up Guidelines for Survivors of Childhood, Adolescent, and Young Adult Cancers" y las "Health Links" que lo acompañan fueron creados y desarrollados por el Children's Oncology Group en colaboración con el comité de Late Effects Committee and Nursing Discipline.

Para propósitos informativos: La información y el contenido de cada documento o series de documentos que han sido creados por el Children's Oncology Group relacionados con los efectos a largo plazo del tratamiento y cuidado del cáncer o conteniendo el título "Long-Term Follow-Up Guidelines for Survivors of Childhood, Adolescent, and Young Adult Cancers" o con el título de "Health Link", ya sea en formato escrito o electrónico (incluyendo todo formato digital, transmisión por correo electrónico, o descargado de la página de internet), será conocido de ahora en adelante como "Contenido Informativo". Todo Contenido Informativo debe ser usado con el propósito de informar solamente. El Contenido Informativo no debe sustituir el consejo medico, cuidado medico, diagnosis o tratamiento obtenido de un doctor o un proveedor de salud.

A los Pacientes que sufren de Cáncer (si son menores de edad, a sus padres o guardianes legales): Por favor busque el consejo medico o de algún otro proveedor de salud calificado con cualquier pregunta que tenga acerca de alguna condición de salud y no se base solamente en el Contenido Informativo. El Children's Oncology Group es una organización de dedicada a la investigación medica y no provee de ningún tratamiento o cuidado medico al individuo.

A los doctores y otros proveedores de salud: El Contenido Informativo no esta diseñado para sustituir su juicio clínico independiente, consejo medico, o para excluir otro criterio legitimo para la detección, consejería, o intervención para complicaciones específicas o el tratamiento del cáncer infantil. Asimismo el Contenido Informativo no debe excluir otras alternativas razonables a los procedimientos de cuidado de salud. El Contenido Informativo es proveído como una cortesía, pero no debe ser usado como la única guía en la evaluación de un sobreviviente de cáncer infantil. El Children's Oncology Group reconoce que ciertas decisiones concernientes al paciente son la prerrogativa del paciente, su familia, y su proveedor de salud.

Ningún respaldo de exámenes, productos, o procedimientos específicos es hecho en el Contenido Informativo, el Children's Oncology Group, o cualquier otra institución o miembro de el Children's Oncology Group.

Ningún reclamo en cuanto a la competencia: Aunque el Children's Oncology Group ha hecho todo lo posible por asegurar que el Contenido Informativo sea correcto y este completo cuando es publicado, ninguna garantía o representación, expresa o implicada, es ofrecida en cuanto a la certeza o relevancia del dicho Contenido Informativo.

No hay obligacion o consenso de parte del Children's Oncology Group y sus afiliados a indemnizar. Esto protege al Children's Oncology Group y sus afiliados: Ninguna obligación es asumida por el Children's Oncology Group sus afiliados o miembros por daños que sean el resultado del uso, revisión, o acceso al Contenido Informativo. Usted esta sujeto a los siguientes términos de indemnización: (i) "Agentes Indemnizados" incluye a los autores y contribuidores al Contenido Informativo, todos los oficiales, directores, representantes, empleados, agentes y miembros del Children's Oncology Group y sus afiliados; (ii) A usar, revisar o acceder el Contenido Informativo, usted esta de acuerdo, a indemnizar, con sus recursos, defender y proteger de todo daño a los Agentes Indemnizados de toda perdida, obligación, o daños (incluyendo el costo de abogados) resultando de cualquier y todos los reclamos, causas de acción, demandas, procedimientos, o demandas relacionadas a o a causa de la revisión o acceso al Contenido Informativo.

Derechos de Propiedad: El Contenido Informativo esta sujeto a protección bajo las leyes de copyright y otras leyes que protegen la propiedad intelectual en los Estados Unidos y en el mundo entero. El Children's Oncology Group retiene los derechos de copyright exclusivos y otros derechos, títulos, e intereses al Contenido Informativo y reclama todos los derechos de propiedad bajo la ley. De ahora en adelante usted esta de acuerdo en ayudar a el Children's Oncology Group a asegurar todos los derechos de copyright y propiedad intelectual para el beneficio del Children's Oncology Group tomando alguna acción adicional en una fecha futura, acciones que incluyen firmar formas de consentimiento y documentos legales que limitan diseminación o reproducción del Contenido Informativo.