

## 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

Viviendo saludable después del tratamiento para el cáncer infantil, cáncer en adolescentes o en adultos jóvenes

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.

## Podrá encontrar información médica adicional para los sobrevivientes al cáncer infantil en [www.survivorshipguidelines.org](http://www.survivorshipguidelines.org)

**Nota:** En esta serie denominada *Health Links* (*enlaces de salud*), el término “cáncer infantil” se utiliza para designar cánceres pediátricos que pueden manifestarse durante la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana. *Health Links* está diseñado para proporcionar información médica de los sobrevivientes de cáncer pediátrico, independientemente de si el cáncer se produjo durante la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana.

### Exención de responsabilidad y aviso de derechos de propiedad

**Introducción a las directrices de efectos tardíos y *Health Links*:** Las pautas de seguimiento a largo plazo para sobrevivientes de cáncer en la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana, así como los *Health Links* que las acompañan, fueron desarrollados por *Children's Oncology Group* (Grupo de Oncología Infantil) como un esfuerzo colaborativo de *Late Effects Committee* (Comité de Efectos Tardíos) y *Nursing Discipline* (Disciplina de Enfermería), y las mantiene y actualiza *Children's Oncology Group's Long-Term Follow-Up Guidelines Core Committee* (Comité de Pautas Básicas de Seguimiento a Largo Plazo y sus grupos de trabajo asociados).

**Para pacientes con cáncer (si son niños, sus padres o tutores legales):** Consulte a un médico u otro proveedor de la salud calificado si tiene preguntas sobre una afección médica y no se base en el Contenido Informativo. *Children's Oncology Group* es una organización de investigación y no proporciona atención ni tratamiento médico individualizado.

**Para médicos y otros proveedores de atención médica:** El Contenido Informativo no está destinado a sustituir su juicio clínico independiente, asesoramiento médico ni a excluir otros criterios legítimos para la selección, el asesoramiento médico o la intervención para complicaciones específicas del tratamiento contra el cáncer infantil. El Contenido Informativo tampoco pretende excluir otros procedimientos de seguimiento alternativos razonables. El Contenido Informativo se proporciona como cortesía, pero no como única fuente de orientación para la evaluación de los sobrevivientes al cáncer infantil. *Children's Oncology Group* reconoce que las decisiones específicas de atención al paciente le corresponden al paciente, a la familia y al proveedor de atención médica.

El Contenido Informativo, *Children's Oncology Group* o una parte afiliada o un miembro de *Children's Oncology Group* no avalan ninguna prueba, producto o procedimiento específicos.

**Ausencia de alegaciones de exactitud o integridad:** Aunque *Children's Oncology Group* ha hecho todo lo posible por garantizar que el Contenido Informativo sea preciso y completo a partir de la fecha de publicación, no se ofrece ninguna garantía o declaración, expresa o implícita, en cuanto a la exactitud, confiabilidad, integridad, relevancia u oportunidad de dicho Contenido Informativo.

**Ausencia de responsabilidad por parte de *Children's Oncology Group* y las partes relacionadas/acuerdo de indemnización e indemnidad para *Children's Oncology Group* y las partes relacionadas:** Ni *Children's Oncology Group* ni ninguna parte afiliada o miembro de este asume ninguna responsabilidad por daños derivados del uso, la revisión o el acceso al Contenido Informativo. Usted acepta los siguientes términos de indemnización: (i) las “Partes Indemnizadas” incluyen a los autores y colaboradores del Contenido Informativo, todos los funcionarios, directores, representantes, empleados, agentes y miembros de *Children's Oncology Group* y las organizaciones afiliadas; (ii) al utilizar, revisar o acceder al Contenido Informativo, usted acepta, a su cargo, indemnizar, defender y mantener indemne a las Partes Indemnizadas de cualquier pérdida, responsabilidad o daño (incluidos los gastos y honorarios de los abogados) derivados de cualquier reclamo, acción legal, litigio, procedimiento o demanda relacionados con o derivados del uso, la revisión o el acceso al Contenido Informativo.

**Derechos de propiedad:** El Contenido Informativo está sujeto a protección en virtud de la ley de derechos de autor y otras leyes de propiedad intelectual en los Estados Unidos y en todo el mundo. *Children's Oncology Group* conserva derechos de autor exclusivos y otros derechos personales y reales sobre el Contenido Informativo y reclama todos los derechos de propiedad intelectual disponibles en virtud de la ley. Por la presente, usted acepta ayudar a *Children's Oncology Group* a asegurar todos los derechos de autor y derechos de propiedad intelectual en beneficio de *Children's Oncology Group* mediante la adopción de medidas adicionales en un momento posterior, lo que podría incluir la firma de consentimientos y documentos legales y limitar la difusión o reproducción del Contenido Informativo.