



**Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya**

Preveure el limfedema en el càncer de mama

La campanya *12 mesos, 12 consells de salut*, que el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya comparteix amb el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, el Colegio Oficial de Fisioterapeutas del País Vasco i el Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Navarra, dedica el seu segon videoconsell a la prevenció d'aquesta patologia, vídeo que està disponible al web del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya: www.fisioterapeutes.cat

El càncer de mama és el tumor més freqüent en les dones dels països desenvolupats; el seu tractament provoca l'aparició d'efectes secundaris com ara el limfedema en gairebé el 25-30% dels casos en què s'extirpen els ganglis axil·lars. Aquesta complicació es tradueix en la inflamació de l'extremitat superior, que provoca l'acumulació de líquid intercel·lular, que es troba entre la pell i el pla muscular.

Els símptomes més comuns són l'augment del volum del membre afectat, edema, pesadesa, asimetria física, desfiguració i problemes de mobilitat, dolor i risc d'infecció, entre d'altres, que afecten la funcionalitat de l'extremitat.

L'objectiu de la fisioteràpia en aquest aspecte és prevenir-ne l'aparició, oferir educació sanitària en aquest tema i, en el cas que aparegui, millorar la qualitat de vida de les dones amb càncer de mama, per a qui el limfedema suposa un important obstacle per al desenvolupament de determinades activitats quotidianes, socials i laborals.

El fisioterapeuta format aconsella a aquests pacients: evitar procediments mèdics al braç afectat (punxades, prendre la tensió arterial...); bona hidratació de la pell; evitar ferides i curar-les bé si es produeixen; evitar moviments repetitius, tasques pesades i sobreesforços amb l'extremitat afectada, i no exposar-la a altes temperatures, ni utilitzar roba o complements ajustats; portar un estil de vida saludable.

Totes tenen com a finalitat disminuir el volum de l'extremitat i mantenir-la en un estat òptim. En aquest sentit, els fisioterapeutes recorden que és important tractar el limfedema des del primer moment, i asseguruen que els professionals de la fisioteràpia acompanyaran sempre el pacient cap a un objectiu: aconseguir la màxima funcionalitat i qualitat de vida.

Col·legi de Fisioterapeutes de
Catalunya

www.fisioterapeutes.cat

tech&natural

kyrocream

F'activa



Garantia



OUTBACK

www.kyrocream.com