



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Cuidado de la piel en caso de linfoma cutáneo de linfocitos T

En esta información se describe cómo cuidar de la piel si tiene linfoma cutáneo de linfocitos T (CTCL).

Es importante cuidar bien de la piel si tiene CTCL. Esto puede ayudar a prevenir las infecciones de la piel, aliviar síntomas incómodos y ayudar a que la piel tenga un mejor aspecto. Siga las instrucciones del proveedor de cuidados de la salud y las pautas que se brindan a continuación para cuidar de su piel.

Pautas generales para el cuidado de la piel

- Use un hidratante sin fragancia de venta libre al menos una o dos veces al día. Los ejemplos de hidratantes que puede usar son Vaseline®, Cetaphil®, CeraVe®, Eucerin®, Aquaphor®, Aveeno® y Vanicream®. Lo mejor es usar el hidratante en la piel húmeda (como después de una ducha o de un baño). Esto ayuda a sellar la hidratación y se denomina método de “mojar y untar”.
- Báñese o dúchese brevemente con agua tibia todos los días. Ducharse o bañarse por demasiado tiempo puede secar demasiado la piel. Evite ducharse o bañarse por más de 5 a 7 minutos seguidos. Use solamente jabones sin fragancia, como Dove®, Aveeno® o Cetaphil®. Después de bañarse, séquese la piel dando golpecitos suaves con la toalla y aplique el hidratante mientras la piel sigue húmeda.
- Si utiliza medicamentos tópicos (medicamentos que se aplican en la piel), como esteroides tópicos, siga las instrucciones del envase y de su proveedor de cuidados de la salud. Es posible que el proveedor de cuidados de la salud le recomiende usar el método de “mojar y untar” cuando los aplique.

- Use humidificadores en casa para conservar la humedad del aire, especialmente por la noche mientras duerme. El aire cálido y seco puede secar la piel y darle comezón. Un humidificador puede ser de ayuda con esto. Es importante limpiarlo para que no se llene de moho. Siga las instrucciones que vienen con el aparato para obtener ayuda con esto.
- Póngase ropa holgada de algodón. Intente evitar tejidos como la lana, porque pueden irritarle la piel.
- Use detergente para ropa sin fragancia para lavar la ropa. Evite usar otros productos perfumados para lavar la ropa, como suavizantes y toallitas para secadora.
- Mantenga las uñas de los dedos cortas. Esto evitará que se rasque la piel demasiado fuerte, lo que puede causar cortes en la piel y provocar infecciones.

Cómo hacer frente a la piel seca o con comezón

Si tiene la piel seca o con comezón, siga las pautas que se brindan a continuación. También asegúrese de seguir las pautas que figuran en la sección “Pautas generales para el cuidado de la piel”.

- Dígale a su proveedor de cuidados de la salud si tiene comezón en la piel. Quizás le dé un medicamento tópico (como un esteroide tópico) para ayudar a manejarlo. Si es así, siga las instrucciones que aparecen en la etiqueta o de su proveedor de cuidados de la salud.
- Use lociones de venta libre contra la comezón que contengan pramoxine, menthol o camphor (como la loción Sarna®).
- Use compresas frías o compresas de hielo para aliviar la comezón de la piel. Puede tenerlas en la piel durante 5 a 10 minutos cada vez y usarlas durante todo el día.
- Pregunte al proveedor de cuidados de la salud si debe tomar un antihistamínico. Los antihistamínicos son medicamentos sin receta que pueden ayudar con la comezón. Algunos ejemplos son Benadryl®, Zyrtec®, Claritin® y Allegra®. Si tiene comezón muy intensa, no se rasque. Dígaselo a

su proveedor de cuidados de la salud, y él podría recomendarle un medicamento con receta.

Baños de blanqueador

Es posible que el proveedor de cuidados de la salud le recomiende tomar baños de blanqueador. Estos pueden ayudar con la irritación de la piel. También pueden ayudar a disminuir el riesgo de que aparezcan infecciones de la piel, especialmente si hay heridas abiertas o zonas de piel en carne viva que le cause comezón.

- Para hacer un baño de blanqueador, agregue $\frac{1}{2}$ taza de blanqueador líquido de concentración normal, como Clorox® por cada $\frac{1}{4}$ de la tina llena de agua tibia. Evite mojarse la cara, los ojos o el cabello. No permanezca en la tina por más de 10 minutos.
- Si el proveedor de cuidados de la salud se lo indica, tome un baño de blanqueador de 2 a 3 veces por semana.

Biopsias de piel

Si tiene CTCL, es posible que deba realizarse biopsias de piel durante su tratamiento. Una biopsia de piel es un procedimiento mediante el cual se extirpa o analiza una zona sospechosa de piel o tejido. Es importante cuidar de la herida después del procedimiento para prevenir infecciones y permitirle cicatrizar con poco dolor o molestia.

Para obtener más información sobre el cuidado de la herida después de una biopsia, lea nuestro recurso *Cuidado de la herida después del procedimiento cutáneo sin suturas* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/caring-skin-procedure-without-sutures).

Comuníquese con su proveedor de cuidados de la salud si tiene:

- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o más.

- Dolor, enrojecimiento o inflamación en cualquier parte de la piel.
- Nuevas heridas abiertas.
- Mal olor o pus que drena de la piel abierta o agrietada.
- Comezón intensa, como comezón que no le permite dormir por la noche o que no desaparece.
- Sequedad de los ojos o la boca.
- Problemas de la piel que no mejoran después de seguir las sugerencias que se brindan en esta guía.

Recursos

Para obtener más información sobre el CTCL e información sobre el tratamiento y los grupos de apoyo, visite el sitio web de la Cutaneous Lymphoma Foundation www.clfoundation.org/mycosis-fungoides.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Skin Care for Cutaneous T-Cell Lymphoma - Last updated on April 26, 2021

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center