

La piel y las uñas

(Available in English, Skin and Nail Changes: Managing Chemotherapy Side Effects)



“Me alegré al saber que la mayoría de los problemas de la piel y de las uñas desaparecen después que termina el tratamiento de cáncer. La enfermera me dio el nombre de una loción con la que se me quitó la comezón de la piel”. —Karina

Llame a su doctor o enfermera si:

- Tiene comezón (picazón) repentina o grave.
- Hay sarpullido o urticaria en la piel.

Diga a su doctor o a su enfermera si:

- Siente comezón, resequedad, irritación o dolor en la piel.
- Sus uñas están oscuras, amarillas o agrietadas.

Para problemas menores de la piel:

Tenga cuidado con lo que se pone en la piel.

- Use solo jabones suaves para la piel.
- Use lociones y cremas. Pregunte a su enfermera cuándo debe usarlas.
- **No** use productos para la piel que tienen alcohol o perfume.

Pregunte qué productos o marcas debe usar para su piel.





Proteja su piel del sol.

- Evite el sol.
- Cuando vaya afuera, siempre use crema con bloqueador (filtro) solar (“sunblock” o “sunscreen”) y bálsamo labial (“lip balm”). O use una camisa de manga larga, pantalones y sombrero de ala ancha mientras esté afuera.
- **No** use camas solares.

Trate su piel con cuidado.

- Las duchas o baños cortos con agua tibia pueden ayudar. No se bañe por largo tiempo con agua caliente. Seque su piel con toques suaves en vez de frotarse (restregarse).
- Puede ayudar si se pone maicena (“cornstarch”) en la piel. Póngasela en los pliegues de su piel, como debajo de los brazos, detrás de las rodillas y debajo de los senos.
- Rasúrese con menos frecuencia. Deje de hacerlo si se irrita la piel.

Para problemas menores de las uñas:

- Mantenga sus uñas limpias y cortas. Hable con su enfermera antes de hacerse una manicura.
- Use guantes cuando lave los platos, trabaje en el jardín o limpie la casa.
- Hable con su enfermera para saber cuáles productos pueden ayudarle a cuidarse las uñas.

Preguntas para su doctor o enfermera:

► Si usted no habla inglés, pida un intérprete.

1. ¿De qué problemas debo avisarles?
2. ¿Cuáles marcas de jabón y de loción son las mejores para mí?
3. ¿Cuál debe ser el factor de protección solar (“sun protection factor” o SPF) de la crema para el sol y del bálsamo labial que yo debo usar?
4. ¿Si tomo un baño de avena (“oatmeal bath”), me aliviará la picazón?
5. ¿Qué productos pueden ayudarme a cuidar mis uñas?
6. ¿Cuándo se quitan estos efectos?
7. ¿Después del tratamiento, por cuánto tiempo debo usar una crema con filtro o bloqueador solar?



NATIONAL
CANCER
INSTITUTE

Impreso en agosto del 2010

Servicios gratuitos para saber más

Instituto Nacional del Cáncer Servicio de Información sobre el Cáncer

Teléfono en español : 1-800-422-6237 (1-800-4-CANCER)

Por medio de su servicio TRS

Internet: www.cancer.gov/espanol
www.cancer.gov

Esta hoja: www.cancer.gov/consejos-quimio/piel

Serie completa: www.cancer.gov/consejos-quimio

