

El vendaje no se puede mojar. Tiene que llevarlo las 24 h (se puede duchar en la clínica justo antes de quitarlo) o que se lo tape con algo impermeable. Es importante ver el brazo según se lo quita al día siguiente para comprobar cómo ha evolucionado.

Lo normal es que se laven las vendas de corta extensibilidad cuando el paciente haya finalizado el tratamiento intensivo, en una lavadora a alta temperatura (pueden aguantar hasta 90°). Siempre meter también 2 pelotas de tenis en cada venda que hacen que no haya estiramientos en unas zonas y en otras no. Secar y enrollar, sin dejar pasar mucho tiempo con ellas estiradas. Con el uso repetido las vendas de corta extensibilidad se vuelven más inelásticas, lo cual es positivo en este caso.

Bibliografía

1. McKenzie DC, Kalda AL. Effect of upper Extremity exercise on secondary lymphedema in breast cancer patients: a pilot study. *J Clin Oncol.* 2003;21:463-6.
2. Schmitz KH, Ahmed RL, Troxel AB, Cheville A, Lewis-Grant L, Smith R, et al. Weight lifting for women at risk for breast cancer-related lymphedema: a randomized trial. *JAMA.* 2010;304:2699-705.
3. Robles, JI. Linfedema, una patología olvidada. *Psicooncología.* 2006; 3(1):71-89.