

EAU THERMALE
Avène
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

DUCRAY
LABORATOIRES DERMATOLOGIQUES

A-DERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE VEGETAL

**Reducir y
aliviar**

**los efectos adversos de los tratamientos
oncológicos en la piel y en el cuero cabelludo**

Es posible.

A close-up photograph of a person's hand resting on their shoulder. The skin is a warm, light brown tone. The hand is positioned with fingers slightly spread, resting on the upper arm. The lighting is soft and even. In the lower right quadrant, the word "INTRO" is written in a clean, white, sans-serif font. The letter "I" is enclosed within a white square bracket that extends to the left edge of the frame.

INTRO

Los tratamientos oncológicos han evolucionado mucho en los últimos años. Al lado de la cirugía, la radioterapia y la quimioterapia, han aparecido nuevos tratamientos, que ofrecen acciones más dirigidas sobre la multiplicación de las células cancerosas, la vascularización de los tumores y la inmunidad, para estimularla. Estas innovaciones terapéuticas tienen una incidencia positiva sobre el pronóstico de la enfermedad. Sin embargo, los efectos indeseables que producen siguen siendo importantes.

Cuando le presentaron su protocolo terapéutico, probablemente le hablaron de estos efectos indeseables. La piel se ve afectada con mucha frecuencia. Debido a que las marcas Eau Thermale Avène, A-Derma y Ducray se ocupan de cuidar las pieles sensibles y la salud del cuero cabelludo, hemos querido acudir en su ayuda en este periodo.

En este folleto, encontrará los trucos y los productos que favorecerán el alivio de la piel y el cuero cabelludo durante y después de la enfermedad. No olvide que reducir y aliviar estos efectos indeseables cutáneos es posible. Seguir estando guapa (¡y guapo!) durante la enfermedad es posible. Siempre con la promesa de una calidad de vida mejor.

Con todo nuestro apoyo,
El equipo de Pierre Fabre



www.eau-thermale-avene.es



www.ducray.com/es-es



www.aderma.es

A close-up photograph of a person's eye, showing the iris and surrounding skin. A large, white, stylized bracket graphic is overlaid on the image, framing the word 'ÍNDICE' which is written in a white, sans-serif font.

ÍNDICE

- P. 6 *Aliviar la piel un acto indispensable...*
- P. 8 *¿Tengo que cambiar mis hábitos de higiene cotidiana?*
- P. 10 *Me acaban de operar. ¿Cómo puedo mejorar el aspecto de la cicatriz?*
- P. 12 *Tengo la piel cada vez más seca debido al tratamiento, ¿qué hago?*
- P. 14 *¿Cómo puedo aliviar las irritaciones de la radioterapia?*
- P. 16 *Desde que sigo el tratamiento, tengo granos. ¿Qué puedo hacer?*
- P. 18 *Se me han estropeado las manos y los pies. ¿cómo puedo luchar contra esto?*
- P. 20 *Me han dicho que me proteja del sol, ¿Por qué?*
- P. 22 *¿Cómo puedo afrontar la caída y estimular el crecimiento del cabello de calidad?*
- P. 24 *¿Cómo puedo limitar la sensibilidad del cuero cabelludo?*
- P. 26 *¿Alguna vez ha pensado en tatuarse?*
- P. 28 *¿Cómo puedo embellecerme la cara o parecer menos cansado/a?*
- P. 30 **El Centro Termal Avène**
- P. 36 *La Cosmética Estéril: la seguridad ante todo*

Aliviar la piel **un acto indispensable...**

Después de una intervención quirúrgica, una quimioterapia o una radioterapia, el cuerpo, especialmente la piel, necesita recuperar comodidad y bienestar.

*El agua termal de Avène es un agua activa y potente
que tiene el don de calmar.*



El spray de AGUA TERMAL AVÈNE

El spray permite aprovechar las propiedades calmantes y antiirritantes del agua termal de Avène día a día. Un auténtico aliado para su piel sensibilizada por los tratamientos.



**DISMINUCIÓN DE
LA SENSIBILIDAD
DE LA PIEL¹**

-30%

a partir de 5 minutos

-64%

durante la 1ª semana

En caso de irritaciones de la piel:

Pulverizar directamente en las zonas irritadas, dejar actuar **2 a 3 minutos**, y después secar con ligeros golpecitos antes de aplicar el tratamiento.

En casos más graves²:

Aplicar compresas impregnadas de agua termal de Avène durante 10 a 15 minutos en las zonas afectadas.

En caso de irritaciones de la mucosa bucal:

Pulverizar en la zona dañada tan a menudo como sea necesario.

El spray COTALGAN DE A-DERMA

Este spray es un hábito ultracalmante y natural para adoptar ante cualquier sensación de molestia dolorosa. Alivia las sensaciones dolorosas de la piel frágil.

**ULTRACALMANTE
Y NATURAL³**

6 hs

de alivio inmediato⁴

98%

Ingredientes naturales



Aplicar tan pronto como sea necesario y hasta 6 veces al día. Agitar y rociar a 20cm de la piel.

Para un uso facial

Pulverizar en las manos y aplicar.

(1) Estudio dermatológico realizado en 6368 pacientes con la piel sensible. Piel sensible simple no patológica, con dermatitis inflamatorias o tras una intervención dermatológica superficial. Evaluación durante 7 días, con una aplicación 2 veces/día. Aplicación del spray solo o asociado a tratamientos medicamentosos y/u otros productos cosméticos. (2) Sequedad o irritaciones debidas a la radioterapia, rojeces, erupciones cutáneas o picor debido a la sequedad cutánea. (3) Stockman, A., Belpaire, A., Hadshiew, I. M., Zemlickova, M., Vergou, T., Navarro Triviño, F., ... Carballido, F. (2022). Dermo-cosmetic spray containing Rhealba oat plantlets and Uncaria tomentosa extract in patients with mild-to-moderate cutaneous pain. Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology; JEADV, 36 Suppl 4(S4), 3-11. doi:10.1111/jdv.17876. (4) Estudio clínico realizado en 60 personas.

¿Tengo que cambiar mis hábitos de higiene cotidiana?

Con el tratamiento oncológico, la piel se vuelve especialmente sensible. Es esencial una higiene suave y adecuada para no acentuar los efectos secundarios cutáneos.

¿Lo sabía?

- Los jabones, tanto líquidos como sólidos, resecan e irritan.
- La utilización de guante de baño, esponja o flor de ducha puede irritar la piel sensibilizada por el tratamiento, así como el roce de un algodón desmaquillador.
- Un agua demasiado caliente aumenta la sequedad cutánea y reactiva la irritación de la piel.

Como mi piel es más sensible, dejé definitivamente el guante de baño, siempre me lavo con las manos y me hidrato después de la ducha. En cuanto puedo, prefiero el agua termal para aclararme el rostro o calmar un golpe de calor.

Marc

NUESTROS CONSEJOS

UNA HIGIENE RESPETUOSA DE LA PIEL

- Optar por geles o aceites sin jabón ni perfume, con un pH fisiológico y un gran poder relipidizante. De esta manera, respetarán la capa hidrolipídica de la piel.
- Lavarse a una temperatura del agua comprendida entre 32° y 34°C.
- Para limpiarse, aplicar y emulsionar, sobre la piel previamente húmeda el cuidado limpiador utilizando las palmas de las manos.
- Para desmaquillar, optar por un cuidado en gel, la técnica "desmaquillado con los dedos", que es más suave que frotar un algodón. Luego, rocíe su rostro con Agua Termal Avène o Spray Cutalgan tanto como quiera para aliviar el acoloramiento, la tirantez de su piel o calmar su piel.
- Secar la piel con ligeros golpecitos con una toalla suave, especialmente en las zonas sensibles, para no irritarla.

Gestos adecuados para LIMPIAR O DESMAQUILLAR EL ROSTRO

1



TOLERANCE LOCIÓN LIMPIADORA GELIFICADA

CARA, OJOS Y LABIOS

Limpia, desmaquilla y alivia.

2



EAU THERMALE

SPRAY DE AGUA
TERMAL DE AVÈNE

Calma y alivia.



Gestos adecuados para TU RUTINA DE HIGIENE DIARIA



XERACALM A.D. ACEITE LIMPIADOR RELIPIDIZANTE

CARA, CUERPO, CUERO CABELLUDO
ZONAS ÍNTIMAS EXTERNAS

Limpia, hidrata^s y calma el picor.⁶

Gestos adecuados para LIMPIAR O DESINFECTAR LA PIEL SENSIBLE



CICALFATE GEL LIMPIADOR DESINFECTANTE

CARA, CUERPO, CUERO CABELLUDO
ZONAS ÍNTIMAS EXTERNAS

Limpia, higieniza y calma la piel sensible irritada.

(5.) 24h de hidratación con aceite limpiador relipidizante: cinética IH, 22 sujetos con piel deshidratada, aplicación única. (6.) Debido a la sequedad cutánea

Me acaban de operar. ¿Cómo puedo **mejorar el aspecto de la cicatriz?**

La cirugía a menudo es una etapa importante del tratamiento oncológico. Se trata de retirar localmente el tumor mediante un acto quirúrgico que puede producirse antes o después de otros tratamientos (quimioterapia o radioterapia, por ejemplo). La cirugía también puede consistir en la colocación de un reservorio cutáneo venoso central, que aseguran la realización del tratamiento de quimioterapia en las condiciones y comodidad máximas.

¿Lo sabía?

- El masaje suave de una cicatriz, en especial durante los seis primeros meses, mejora su aspecto y reduce las marcas cicatriciales. Estimula la producción de colágeno y elastina, devuelve flexibilidad y elasticidad a la piel.
- Algunas cicatrices deben ser tratadas por un profesional. En caso de duda, pida consejo a su médico.

Atención, un masaje demasiado intenso puede empeorar la evolución y el aspecto de la cicatriz.
No masajear una cicatriz todavía roja e hinchada (Esto significa que no está madura).
El automasaje no debe reforzar el enrojecimiento

NUESTROS CONSEJOS

- Adaptar su protocolo de higiene a su piel (consulte las páginas 8 y 9 para más información).
- Aplicarse, después de reepidermización o retirada de los puntos, un gel para mejorar el aspecto de la cicatriz, 2 veces al día, con un ligero masaje.
- Proteger la cicatriz de los rayos solares, con una protección mediante la ropa y/o una crema solar FPS 50+ (consulte las páginas 20 y 21 para más información).
- Se desaconseja el consumo excesivo de alcohol y tabaco porque provoca un aumento del tiempo de cicatrización.

1 CALMAR la cicatriz



EAU THERMALE SPRAY DE AGUA THERMAL DE AVÈNE

Pulverizar directamente en la cicatriz y deje actuar 2 a 3 minutos, antes de secar con ligeros golpecitos.



CUTALGAN SPRAY ULTRA- CALMANTE Y REFRESCANTE

Aplicar tan pronto como sea necesario y hasta 6 veces al día. Agitar y rociar a 20cm de la piel.

2 MEJORAR el aspecto de la cicatriz



CICALFATE GEL CICATRIZ

Aplicar 2 veces al día con un ligero masaje de la cicatriz.

Consejos para el masaje

Para determinar la madurez de la cicatriz y saber qué tipo de masaje debe practicar, presione la cicatriz y cronometre el tiempo que tarda en recuperar el color.



Si la cicatriz recupera el color en menos de 1 segundo, (en general hasta un mes después del procedimiento) utilice el índice para aplicar el gel cicatriz Cicalfate+ sobre y alrededor de la cicatriz mediante aplastamiento, en el sentido de la cicatriz.



Si la cicatriz recupera el color entre 1 y 2 segundos, realice un masaje de palpar-rodar cogiendo la piel entre el pulgar y el índice en el sentido de la cicatriz. Pellizque la piel entre los dedos arrastrándola hacia arriba. Efectúe este movimiento hasta la penetración completa del gel cicatriz Cicalfate+ (unos 5 min).



Si la cicatriz recupera el color después de 3 segundos (en general 3 meses después del procedimiento) proceda a un masaje mediante estiramientos en el sentido de la cicatriz para no abrirla, con los dedos índice y medio, hasta que penetra el gel cicatriz Cicalfate+.

Tengo **la piel cada vez más seca** debido al tratamiento, ¿qué hago?

La sequedad cutánea es el efecto secundario mas frecuente debido a los tratamientos. A veces, se acompaña de sensaciones de picor y enrojecimiento. La mejor manera de mantener la comodidad cutánea es hidratar la piel en la medida de lo posible. No dude en consultar a su medico o farmacéutico.

¿Lo sabía?

- Algunos productos de higiene clásicos (jabones sólidos o líquidos) a menudo son agresivos y contribuyen a la sequedad de la piel.
- Todas las pieles, tanto si son gruesas como finas, sensibles o no, pueden volverse secas en algunos momentos o en ciertos lugares del cuerpo.
- Con la edad, la piel tiende a ser más seca, sobre todo en las mujeres. Esta tendencia se acentúa con frecuencia a partir de la menopausia y durante los tratamientos hormonales oncológicos.



1 CARA y labios



TOLERANCE CONTROL

BÁLSAMO CALMANTE REPARADOR

CARA Y CONTORNO DE OJOS

Hidrata intensamente, restaura la barrera cutánea y calma la piel. Disponible en versión "crema calmante reparadora".



CICALFATE+

BÁLSAMO DE LABIOS

Nutre, repara y protege.

2 CUERPO



XERACALM A.D.

BÁLSAMO RELIPIDIZANTE*

CARA, CUERPO, CUERO CABELLUDO Y ZONAS ÍNTIMAS EXTERNAS

Nutre y calma en caso de sensación de picor.⁸

SI HAY PICOR INTENSO



XERACALM A.D.

CONCENTRADO CALMANTE

CARA, CUERPO Y PÁRPADOS

Zona seca que presenta picazones intensas localizadas.



3 CUERO CABELLUDO



SENSINOL

LECHE CALMANTE FISIOPROTECTORA

CUERO CABELLUDO Y CUERPO

Calma, protege e hidrata.

(7) Vendrely, V., Mayor-Ibarguren, A., Stennevin, A., & Ortiz-Brugués, A. (2022). An emollient PLUS balm is useful for the management of xerosis in patients treated for cancer: A real-world, prospective, observational, multicenter study. *Dermatology and Therapy*, 12(3), 683–699. doi:10.1007/s13555-022-00685-2 (8.) Debido a la sequedad cutánea.

NUESTROS CONSEJOS

No olvide beber al menos 1 litro de agua a lo largo del día.

CARA

- Extender el bálsamo calmante con la punta de los dedos.
- Aplicar con toquécitos en las mejillas, la frente y el cuello.
- Alisar del centro hacia contornos de la cara, sin olvidar el cuello.

LABIOS


- Aplicar un bálsamo reparador 2 o 3 veces al día, incluso bajo el pintalabios

CUERO CABELLUDO

- Aplicar el emoliente en la punta de los dedos en el cuero cabelludo mediante un masaje con pequeños movimientos circulares.

CUERPO

- Una buena aplicación deja una piel flexible y sedosa, no grasa y no pegajosa.
- Colocar el emoliente en la palma de la mano y exténdalo entre las dos manos.
- Aplicar el bálsamo en capa fina mediante toquécitos con toda la superficie de la mano en el cuerpo, sin olvidar las manos y los pies.
- Hágalo penetrar con toda la superficie de la mano.



¿Cómo puedo **aliviar las irritaciones de la radioterapia?**

La radiación de la radioterapia puede provocar lesiones cutáneas llamadas “radiodermatitis”. Los síntomas pueden ir desde un simple enrojecimiento hasta una quemazón más grave. Esto puede acompañarse de sensaciones dolorosas o pruriginosas. No dude en consultar a su médico o farmacéutico.



¿Lo sabía?

- La piel irradiada es más frágil en caso de traumatismos y más sensible al sol, incluso después de terminar la radioterapia.
- Es preferible no aplicar ningún cuidado (crema, bálsamo, desodorante...) en la zona tratada las horas previas a la irradiación.

(9.) Vendrely, V., Mayor-Ibarguren, A., Stennevin, A., & Ortiz-Brugués, A. (2022). An emollient PLUS balm is useful for the management of xerosis in patients treated for cancer: A real-world, prospective, observational, multicenter study. *Dermatology and Therapy*, 12(3), 683–699. doi:10.1007/s13555-022-00685-2 (10.) Debido a la sequedad cutánea.

1 CALMAR

la zona irritada
a voluntad



EAU THERMALE SPRAY DE AGUA TERMAL DE AVÈNE

CALMA LAS ZONAS IRRITADAS
POR LOS RAYOS X

Pulverizar directamente en la piel y dejar actuar 5 a 10 minutos, antes de secar con ligeros golpecitos. En caso de inflamaciones más prolongadas, aplicar compresas impregnadas en agua termal de Avène durante 10 a 15 minutos en las zonas afectadas.

CUTALGAN SPRAY ULTRA- CALMANTE Y RE- FRESCANTE



Aplicar tan pronto como sea necesario y hasta 6 veces al día. Agitar y rociar a 20cm de la piel.

NUESTROS CONSEJOS

- Adaptar su producto de higiene para proteger la piel (consulte las páginas 8 y 9 para más información).
- Aplicar una crema reparadora desde el inicio del tratamiento, sin esperar que se produzca una radiodermatitis. Pero siempre siguiendo la pauta de recomendación de su radioterapeuta.
- Alisar del centro hacia contornos de la cara, sin olvidar el cuello.
- Optar por la utilización de productos sin alcohol, porque el alcohol es agresivo para la piel.
- Si la exposición solar es inevitable, proteger la zona irradiada de los rayos del sol con una crema solar FPS 50+ (consulte las páginas 20 y 21 para más información), además de ropa cubriente.
- Optar por prendas de vestir amplias, cómodas y de algodón.

2 CUIDAR

la zona irritada
desde el inicio
del tratamiento

ZONA
seca



CICALFATE+ CREMA REPARADORA PROTECTORA

CARA, CUERPO Y ZONAS
INTIMAS EXTERNAS

Facilita la reparación de las irritaciones superficiales.

ZONA
húmeda



CICALFATE+ SPRAY SECANTE REPARADOR

CARA Y CUERPO

Seca, repara y calma la piel sensible irritada que presenta maceración (zonas húmedas, pliegues cutáneos).

3 HIDRATAR

la zona irritada
en caso de sequedad
intensa



XERACALM A.D. BÁLSAMO RELIPIDIZANTE*

CARA, CUERPO, CUERO
CABELLUDO Y ZONAS
INTIMAS EXTERNAS

Nutre y calma en caso
de sensación de picor.¹⁰



Desde que sigo el tratamiento, **tengo granos.** ¿Qué puedo hacer?

Durante la utilización de ciertas terapias dirigidas, puede aparecer una erupción acnei-forme, en forma de granos y enrojecimiento. Estas lesiones suelen localizarse en la cara, el cuello cabelludo, la espalda y el pecho. Pueden acompañarse de picor, incomodidad o sensación dolorosa de quemazón. No dude en consultar a su médico o farmacéutico.

¿Lo sabía?

- Aunque esta erupción se parezca al acné, no lo es.
- Se desaconsejan las exfoliaciones en la piel muy irritada.
- Un paciente en tratamiento no debe exponerse al sol para no empeorar las lesiones.
- Manipular las lesiones (=excoriación) aumenta el riesgo de cicatrices.

(11) Vendrely, V., Mayor-Ibarguren, A., Stennevin, A., & Ortiz-Brugués, A. (2022). An emollient PLUS balm is useful for the management of xerosis in patients treated for cancer: A real-world, prospective, observational, multicenter study. *Dermatology and Therapy*, 12(3), 683–699. doi:10.1007/s13555-022-00685-2 (12.) Debido a la sequedad cutánea.

1 CALMAR

la piel



EAU THERMALE SPRAY DE AGUA THERMAL DE AVÈNE

Pulverizar directamente en la piel y dejar actuar 2 o 3 minutos, antes de secar con ligeros golpecitos.



CUTALGAN SPRAY ULTRA- CALMANTE Y RE- FRESCANTE

Aplicar tan pronto como sea necesario y hasta 6 veces al día. Agitar y rociar a 20cm de la piel.

2

HIDRATAR

la piel



TOLERANCE CONTROL BÁLSAMO CALMANTE REPARADOR

CARA Y CONTORNO DE OJOS

Hidrata intensamente, restaura la barrera cutánea y calma la piel. Disponible en versión "crema calmante reparadora".



XERACALM A.D. BÁLSAMO RELIPIDIZANTE¹¹

CARA, CUERPO, CUERO
CABELLUDO Y ZONAS
ÍNTIMAS EXTERNAS

Nutre y calma en caso de sensación de picor.¹²



3

CALMAR Y REPARAR

la piel en caso de
excoriación



CICALFATE+ CREMA REPARADORA PROTECTORA

CARA, CUERPO Y ZONAS ÍNTIMAS
EXTERNAS

Facilita la reparación de las irritaciones superficiales.

ZONA
seca



CICALFATE+ SPRAY SECANTE REPARADOR

CARA Y CUERPO

Seca, repara y calma la piel sensible irritada que presenta maceración (zonas húmedas, pliegues cutáneos).

ZONA
húmeda

NUESTROS CONSEJOS

- Adaptar sus productos de higiene diaria (consulte las páginas 8 y 9 para más información).
- Utilizar una crema o un bálsamo hidratante y calmante 1 o 2 veces al día. Optar por productos sin perfume y sin conservantes.
- Reducir el riesgo de proliferación bacteriana con una crema o un spray secante a base de cobre-zinc.
- Si la exposición solar es inevitable, protegerse del sol con una crema solar FPS 50+ (consulte las páginas 20 y 21 para más información), además de ropa cubierta.
- Si le parece necesario, ocultar esta erupción con un maquillaje médico (consulte las páginas 28 y 29 para más información).

Se me han **estropeado las manos y los pies**, ¿cómo puedo luchar contra eso?

La quimioterapia y las terapias dirigidas pueden provocar efectos indeseables importantes en los pies y las manos: rojeces, dolor, fisuras...

Se puede hablar de un síndrome mano-pie.

El mejor reflejo es hidratarse intensamente las manos y los pies todos los días.

No dude tampoco en consultar a un pedicuro-podólogo.

“Me empezaron a doler mucho los pies, pensé que era por mis zapatos nuevos, pero no, era un efecto indeseable de mi tratamiento oncológico. Desde entonces cuido mis pies y manos, es importante.”

Alicia

1 REPARAR la piel



CICALFATE+ CREMA REPARADORA PROTECTORA

CARA, CUERPO Y ZONAS
ÍNTIMAS EXTERNAS

Facilita la reparación de las
irritaciones superficiales.



CICALFATE+ CREMA REPARADORA EFECTO BARRERA

MANOS

Repara¹³, calma y protege las
manos muy secas o irritadas.

2 HIDRATAR la piel



XERACALM A.D. BÁLSAMO RELIPIDIZANTE

CARA, CUERPO, CUERO
CABELLUDO Y ZONAS
ÍNTIMAS EXTERNAS

Nutre y calma en caso
de sensación de picor.¹⁴



NUESTROS CONSEJOS

- Para protegerse los pies: evitar las marchas prolongadas, llevar un calzado cómodo y ancho y optar por los calcetines de algodón.
- Para protegerse las manos: usar guantes de algodón para las actividades cotidianas y de látex para las tareas domésticas.
- Para no acentuar la sequedad de las extremidades: adaptar sus productos de higiene diaria (consulte las páginas 8 y 9 para más información).
- Para prevenir la sequedad cutánea: aplicarse productos emolientes y reparadores.

(13.) Las capas superficiales de la epidermis. (14.) Debido a la sequedad cutánea.

Me han dicho que **me proteja del sol**, ¿por qué?

Algunos tratamientos son “incompatibles” con el sol porque pueden aumentar riesgo de quemadura solar, incluso de quemaduras importantes, se habla de fotosensibilización. Por eso es importante protegerse de los ultravioletas (UV) y de la luz azul (HEV), responsables de las quemaduras solares y del daño solar crónico. No dude en consultar a su médico o farmacéutico.

Los actos adecuados

- Antes de exponerse al sol, aplicarse en cantidad suficiente¹⁵ una crema solar SPF 50+ sin perfume.
- Repetir la aplicación con frecuencia para mantener la protección, sobre todo después de sudar, bañarse o secarse.

¿Lo sabía?

- Estas reacciones de fotosensibilización pueden producirse con simples exposiciones con tiempo cubierto o en invierno, bajo una sombrilla o a la sombra, ¡incluso a través de las ventanas de una casa o un coche!
- Por lo tanto, ¡recuerde que, de manera global, es importante protegerse de la luz solar!

Protección solar probada y adaptada a PACIENTES EN TRATAMIENTO ONCOLÓGICO O DESPUÉS DE ESTE



INTENSE PROTECT 50+ FLUIDO ULTRARESISTENTE AL AGUA

CARA Y CUERPO

Protección muy elevada UVB-UVA
HEV (High Energy blue light).
Alta fotoestabilidad, resistente al agua,
gran poder antioxidante. Respeto,
seguridad y alivio de la piel sensible.



Protección solar adaptada a PACIENTES CON ANTECEDENTES DE CÁNCER DE PIEL NO MELANOMA



MUY ALTA PROTECCIÓN SUNSISTICK KA

ZONAS LOCALIZADAS

Protección muy alta FPS 50+.
Aplicar varias veces al día
en caso de exposición
prolongada.



10 CAPAS EN CADA
ZONA QUE SE QUIERA
PROTEGER

NUESTROS CONSEJOS



- Utilizar una protección con elementos de vestuario (gafas, fular, sombrero, prendas que cubran...)



- En la medida de lo posible, evitar exponer la piel, incluso en caso de exposición moderada.



- No exponerse entre las 11 y las 16h.



- Las superficies acristaladas no evitan del todo el paso de los UV. Protegerse de la luz incluso si no sale.



- Aplicarse y volver a aplicar con frecuencia una crema solar FPS 50+, resistente al agua y sudor, sin perfume.

¿Cómo puedo afrontar **la caída** y estimular el **crecimiento del cabello de calidad**?

La mayoría de los medicamentos oncológicos actúan sobre las células cancerosas, ya sea eliminándolas o bien impidiendo su multiplicación.

Dichos medicamentos están dirigidos a las células cancerosas, pero también actúan sobre las células del organismo que se renuevan rápidamente; como, por ejemplo, las responsables del crecimiento del cabello. Ello explica la caída del cabello que suele observarse durante este tipo de tratamiento.

¿Lo sabía?

CUERO CABELLUDO SENSIBLE

CAÍDA DE CABELLO

¿CUÁNDO?

- Antes o durante la caída del cabello
 - Cuando use una peluca
 - Durante el crecimiento del cabello
- Después de 1 o 2 ciclos de quimioterapia, radioterapia, terapias dirigidas, tratamientos anti-hormonales

¿CÓMO?

- Sensaciones de picor
 - Hormigueo en el cuero cabelludo
 - Irritación del cuero cabelludo
 - Dolor en la base del cabello
- Caída parcial o total
 - Caída por mechones
 - Adelgazamiento del cabello (terapia hormonal)

REVERSIBILIDAD

- Una vez que el cabello se ha caído/afeitado
 - Dejar de usar la peluca
- Dentro de los 3 a 6 meses posteriores a la interrupción del tratamiento
 - Cambios frecuentes en la apariencia: color, grosor, rizado



Desde el inicio DE LOS TRATAMIENTOS Y EN APOYO DE CRECIMIENTO DEL CABELLO

1 LAVAR Fortalecer y revitalizar

PARA NIÑOS USE CHAMPU SUAVE



ANAPHASE+ COMPLEMENTO ANTICÁIDA CHAMPÚ

Fortalece y revitaliza. Favorece la penetración de lociones anticáida. Aplicar sobre el cabello húmedo, masajear suavemente, renovar la aplicación, dejando actuar de 2 a 3 minutos, aclarar.



EQUILIBRANTE CHAMPÚ DERMOPROTECTOR

Higiene delicada del cabello, respeta el cuero cabelludo. Aplicar sobre el cabello húmedo, masajear suavemente, aclarar. Uso frecuente.

Al finalizar LOS TRATAMIENTOS ONCOLÓGICOS

2 ACELERAR el crecimiento



CREASTIM REACTIV LOCIÓN ANTICÁIDA

Acelera el crecimiento. Eficaz desde el primer mes de uso⁽¹⁶⁾. Aplicar 4 dosis de 0,6 ml sobre el cuero cabelludo seco o húmedo, 3 veces por semana. Masajear con las yemas de los dedos para favorecer la penetración del producto. No aclarar el cabello. Tratamiento de 2 meses.

3 APORTAR nutrientes



ANACAPS REACTIV COMPLEMENTO ALIMENTICIO

DESDE 1 MES DESPUÉS DE FINALIZAR EL TRATAMIENTO
Aporta nutrientes para la regeneración de un cabello sano. 1 cápsula / día. Tratamiento recomendado de 3 meses.

NUESTROS CONSEJOS

- Lavar sin frotar, con un masaje suave preferentemente el día antes de la quimioterapia, y evitar lavarlo durante 3 a 5 días después la sesión.
- Aclarar con agua tibia.
- Evitar secar el cabello frotándolo con la toalla, secarlo realizando pequeños toques.
- Puede utilizar secador de pelo pero siempre a baja velocidad y baja temperatura.
- Evitar los brushings, cepillado intenso, marcados, alisados, permanentes, desrizados, tintes y decoloraciones durante el tratamiento, y durante 6 a 12 meses después de la última sesión, ya que el cabello está fragilizado.

- Evitar los trenzados, así como los accesorios capilares agresivos.
- Usar una peluca, un turbante o un pañuelo si siente la necesidad de hacerlo: estos no retardan el crecimiento del cabello.

(16.) Prueba de uso realizada en 64 mujeres con caída de cabello ocasional. Aplicación de la loción CREAMTIM 3 veces por semana durante 2 meses.

¿Cómo puedo limitar **la sensibilidad del cuero cabelludo**?

A veces, justo antes o en el momento de la caída, pueden sentirse escozores o picores y una hipersensibilidad (también llamada «tricodinia») en el cuero cabelludo. Lo más importante es estar preparado para la aparición de estos efectos secundarios.

¿Lo sabías?

- Si se producen picores después de la quimioterapia, masajea suavemente el cuero cabelludo con un bálsamo o crema hidratante.
- La hidratación 1 o 2 veces por día protegerá el cuero cabelludo del frío, el viento o la contaminación, y ayudarás a eliminar las pequeñas escamas que puedan aparecer.

Desde el inicio DE LOS TRATAMIENTOS

1 LAVAR y calmar



SENSINOL **CHAMPÚ TRATANTE** **FISIOPROTECTOR**

Calma el picor, alivia el cuero cabelludo. Eficacia probada desde la primera aplicación.⁽¹⁷⁾ Aplicar sobre el cabello y el cuero cabelludo húmedo, masajear suavemente y aclarar. Reaplicar y dejar actuar de 2 a 3 min, aclarar abundantemente.

2 CALMAR inmediatamente



SENSINOL **SÉRUM CALMANTE** **FISIOPROTECTOR**

Alivia inmediatamente la sensación de malestar y el picor. 15 pulverizaciones para distribuir por todo el cuero cabelludo, 1 vez al día. No aclarar.

3 PROTEGER e hidratar



SENSINOL **LECHE CALMANTE** **FISIOPROTECTORA**

Calma, protege e hidrata. Aplicar tantas veces como sea necesario, sobre el cuero cabelludo sin pelo. Evitar contacto con los ojos.

NUESTROS CONSEJOS

- Lavar sin frotar, con un masaje suave preferentemente el día antes de la quimioterapia, y evitar lavarlo durante 3 a 5 días después la sesión.
- Evitar secar el cabello frotándolo con la toalla, secarlo realizando pequeños toques.
- Puede utilizar secador de pelo pero siempre a baja velocidad y baja temperatura.
- Cortar el cabello al principio del tratamiento.
- Afeitarse el cabello en caso de elevada sensibilidad en el cuero cabelludo.
- Utilizar cuidados dermocosméticos especialmente adaptados a su situación.
- No olvidar usar la protección solar en el cuero cabelludo si sale con la cabeza descubierta.
- Elegir la alternativa que mejor se adapta a su estilo de vida: natural con la cabeza descubierta, pañuelos, pelucas, gorros, etc.

(17) Test de uso realizado en 69 voluntarias que presentan un cuero cabelludo sensible

¿Alguna vez ha pensado en tatuarse?

El tatuaje y la micropigmentación en oncología son prácticas en pleno crecimiento. Es un remedio para reconciliarse con su cuerpo y recuperar la autoestima dañada por el cáncer. Los tatuajes más practicados en oncología son el tatuaje de la areola mamaria tras una mastectomía y el tatuaje de las cejas tras una alopecia.

Tipos de tatuajes

El **tatuaje de la areola** mamaria puede tener fines médicos o artísticos.

El **tatuaje médico** tiene como objetivo redibujar la areola mamaria y simular el volumen del pezón.

El **tatuaje artístico** tiene como finalidad camuflar las cicatrices provocadas por la mastectomía o la reconstrucción mamaria.

El **tatuaje de cejas** está destinado a compensar la pérdida de cejas causada por ciertas quimioterapias y terapias específicas. Los pigmentos se inyectan menos profundamente (micropigmentación) y es necesario un retoque después de algunos años.

¿Lo sabía?

- El tatuaje solo se realiza en cicatrices maduras.
- Los baños, la piscina y la playa deben evitarse cuando el tatuaje aún es demasiado reciente.

NUESTROS CONSEJOS

El tatuaje alterará la función de barrera de la piel. Esta última necesitará ser hidratada, aliviada y reparada.

- Adaptar su protocolo de higiene para preservar su piel (consulte las páginas 8 y 9 para obtener más información).
- Aplicar un cuidado hidratante y reparador en su tatuaje para ayudar a restaurar la barrera cutánea (2 aplicaciones al día).
- Si la exposición al sol es inevitable, proteger su tatuaje de los rayos del sol con un protector solar SPF50+ (consulte las páginas 20 y 21 para obtener más información). Evitar la exposición directa al sol hasta seis semanas después de la sesión de tatuaje. Continuar protegiendo su tatuaje incluso años después, ya que los rayos UV lo desdibujan con el tiempo.

1

CALMAR la piel



EAU THERMALE SPRAY DE AGUA TERMAL DE AVÈNE

CALMA Y SUAVIZA

Pulverizar directamente en la cicatriz y dejar actuar 2 a 3 minutos, antes de secar con ligeros golpecitos.



CUTALGAN SPRAY ULTRA- CALMANTE Y RE- FRESCANTE

CALMA Y REFRESCA

Aplicar tan pronto como sea necesario y hasta 6 veces al día. Agitar y rociar a 20cm de la piel.

2

CUIDAR la zona tatuada



CICALFATE+ CUIDADO HIDRATANTE REPARADOR

CARA Y CUERPO

Calma, hidrata y repara la piel fragilizada.

¿Cómo puedo **embellecerme la cara o parecer menos cansado/a**?

Con los tratamientos oncológicos, la tez cambia y la piel pierde su resplandor. Puede utilizarse el maquillaje para un efecto de "buen aspecto", pero también para ocultar rojeces, cicatrices¹⁸, ojeras o incluso para perfilar las cejas.

¿Lo sabía?

- El maquillaje no está reservado solo a las mujeres, también los hombres pueden beneficiarse de él sobre todo para ocultar las erupciones acneiformes.
- Puede utilizarse el maquillaje tanto en la cara como en el cuerpo para camuflar las imperfecciones.
- Si su tratamiento puede hacerle perder las cejas, acostúmbrese a perfilarlas antes de que se caigan por completo. En efecto, familiarizarse con la línea de las cejas le facilitará la tarea.



NUESTROS CONSEJOS

1 CAMUFLAR

los efectos de los tratamientos con la corrección por el color

COUVRANCE STICKS CORRECTORES FPS20

Neutraliza eficazmente las imperfecciones cutáneas localizadas y camufla.

VERDE



Para las rojeces o cicatrices®

AMARILLO



Para las ojeras azules o violáceas

CORAL



Para la hiperpigmentación y las ojeras marrones

2 CORREGIR Y UNIFICAR el tono

COUVRANCE CREMAS COMPACTAS FPS 30

CICATRICES®
HIPERPIGMENTACIONES



Unifica la tez y corrige las imperfecciones de la piel.

Disponible en varios tonos



COUVRANCE BASE DE MAQUILLAJE FLUIDAS FPS 20

TEZ MATE, ERUPCIONES
ACNEIFORMES

Unifica la tez y corrige las imperfecciones de la piel.

Disponible en varios tonos

3 SUBLIMAR la cara PERFECCIONAR las facciones

COUVRANCE POLVOS TRANSLÚCIDOS O ILUMINADORES

Fijan el maquillaje.



COUVRANCE POLVOS MOSAICO BUEN ASPECTO O SOL

Perfilan y aportan resplandor.



COUVRANCE LÁPICES CORRECTORES DE CEJAS

Redibujan las cejas.



COUVRANCE MÁSCARAS ALTA TOLERANCIA

Intensifica la mirada.



COUVRANCE LÁPIZ DE OJOS DE ALTA DEFINICIÓN

Acentúa la mirada.



COUVRANCE BÁLSAMOS EMBELLECEDORES DE LABIOS

Subliman los labios.



EL CENTRO TERMAL AVÈNE

La cura termal en Avène es un momento privilegiado para recuperarse físicamente y moralmente.

Dispone de 3 formatos:

Cura concentrada
3 SEMANAS

Cura libre
1 o 2 SEMANAS

Sensicure
2, 3 o 5 DÍAS

La cura termal de Avène: Una eficacia clínicamente demostrada

Un estudio clínico realizado en la estación termal de Avène ha demostrado una **mejoría significativa de la calidad de vida**, pero también de los principales signos de incomodidad cutánea debidos a los tratamientos del cáncer de mama (quimioterapia, cirugía, radioterapia).¹⁹

-100%
SEQUEDAZ

-49%
TOXICIDADES DE
LA PIEL

+82%
CALIDAD DE VIDA

(19.) Resultados de un estudio realizado sobre la base de una cura de 3 semanas. Dalenc F et al., Eur J Cacer Care 2017; e 12735.



“ Hace unos años, el Centro Termal Avène extendió su experiencia dermatológica a los efectos secundarios cutáneos de los tratamientos contra el cáncer. En un ambiente cálido y agradable, la estación termal se ha organizado para ofrecer otras formas de apoyo a estas pacientes. Son principalmente las mujeres, jóvenes y no tan jóvenes, las que acuden a disfrutar de un paréntesis para recuperarse, física y moralmente, porque el camino de la recuperación de la energía agotada en los tratamientos es largo.

La estancia termal se vive como un momento de respiro, un remanso de paz con la mirada amistosa de todos, pacientes y sanitarios. Se propone clásicamente una cura concertada de 3 semanas o una Sensicure, auténtico paréntesis “protector” de una semana. Estos dos programas ofrecen todos los días tratamientos específicos e hidratantes para recuperar flexibilidad, hidratación y suavidad cutánea. En los talleres, las pacientes comparten sus experiencias, sus alegrías y sus sufrimientos. Aquí experimentan el placer de cuidarse y reconciliarse con su imagen. En Avène, aprenden a soltarse gracias a las sesiones de relajación y recuperan la energía en las sesiones de actividades físicas.

Pero tenemos que ser modestos, porque el agua termal de Avène procedente de las profundidades de la tierra es la que nos ofrece, a través de sus propiedades calmantes, antiirritantes y suavizantes, esas sonrisas confiadas, esa alegría y esa humanidad compartida. Un agua que nos sigue sorprendiendo, por la magnitud de sus poderes ... Todos esos rostros radiantes después de unas semanas de cura nos ofrecen la mejor prueba, día tras día y desde hace más de dos siglos y medio.”

Sophie MERY - Directora del Centro Termal Avène

Tratamientos innovadores y a medida

TRATAMIENTOS DERMATOLÓGICOS DE HIDROTERAPIA

- Baños de hidromasaje
- Duchas generales y filiformes, pulverizaciones
- Masajes bajo el agua
- Compresas de agua termal
- Duchas capilares y tratamientos completos del cuero cabelludo
- Baños bucales y duchas gingivales



TRATAMIENTOS DERMATOLÓGICOS HIDRATANTES

- Envoltura del cuerpo con una crema emoliente
- Modelado hidratante del cuerpo
- Tratamiento de la cara con crema hidratante
- Tratamiento completo del cuero cabelludo



Talleres y consejos de profesionales

- Consejos **dermocosméticos**, maquillaje corrector y consejos de imagen con las **socioesteticistas**
- Talleres de automasaje, masaje facial y relajación con una **socioesteticista**
- Estudio psicológico con una **psicóloga**
- Gimnasia adecuada con un **educador de actividad física adaptada (AFA)**
- Consejos dietéticos adaptados y personalizados por una **dietista-nutricionista**
- Taller de linfedema con el **educador de AFA**



El centro termal Avène
www.avenecenter.com



ANTES DE ACUDIR A LA CURA TERMAL DE AVÈNE

Una vez que su médico le haya prescrito la cura, siga las 3 etapas siguientes:



1. Concierte una cita con uno de los médicos del Centro termal

- Tel.: +33 (0)4 67234187
- En el sitio web: www.avenecenter.com



2. Reserve su alojamiento

Dispone de múltiples posibilidades:

- Complejo hotelero y residencial de 4 estrellas o residencia que ofrece desde estudios hasta apartamentos de dos habitaciones

Tel.: +33 (0)4 6723 4445

Contacto e-mail: avene.hotel@pierre-fabre.com

- Otros alojamientos:

Tel.: +33 (0)4 67234338 - Oficina de turismo de Avene
o en el sitio web www.avene-orb-gravezon.com



3. Reserve su tratamiento

- En el sitio web www.avenecenter.com
- Por teléfono: +33 (0)4 672341 87
- Por e-mail: contact.avenecenter@pierre-fabre.com
- Por correo postal: Le Centre thermal d'Avene 34260 Avene-les-Bains, Francia

LA COSMÉTICA ESTÉRIL: LA SEGURIDAD ANTE TODO...



Selección rigurosa de las materias primas



Estándares de fabricación **inspirados en los del medicamento**



Evaluación **objetiva** de la eficacia de los productos finales



Tolerancia probada **bajo control dermatológico**

LOS SECRETOS DE LA COSMÉTICA ESTÉRIL...

STERILE COSMETICS®
CONSERVATEUR
PRESERVATIVE





SKIN & cancer

CUIDANDO AL PACIENTE ONCOLÓGICO