

Guía práctica de Fototerapia

Introducción

Se empieza a hablar de fototerapia a principios del siglo XX.

En la segunda mitad, aparecen diferentes tipos y usos de aparatos: cabinas corporales, faciales, para manos, para pies....

En el Hospital de Bellvitge, las cabinas son mixtas: emiten tanto UVA como UVB.

Siempre tienen que estar homologadas por Sanidad.

Definición de fototerapia

Es una forma de terapia que utiliza ondas electromagnéticas (radiaciones ultravioletas), con fines curativos o terapéuticos. Se usa en dermatología para diferentes patologías. El mecanismo de acción es antiinflamatorio.

Indicaciones de la fototerapia

Psoriasis, dermatitis atópica, micosis fungoide, granuloma anular, liquen plano, vitíligo, morfea, prurito anular, parapsoriasis, erupción polimorfa lumínica y urticaria solar.

Antes de comenzar fototerapia

Su dermatólogo debe:

- Descartar enfermedades incompatibles.
- Valorar medicación fotosensible.
- Valorar contraindicaciones (claustrofobia, silla de ruedas, movilidad reducida).



Tratamiento antes: Historia clínica

Enfermedades incompatibles

Queratosis actínica
Lupus
Cáncer de piel



Medicación fotosensible

Valoración medicación fotosensible



Analítica

Analítica general
Anticuerpos antinucleares
ANA (lupus)
RO (marcador fotosensible)



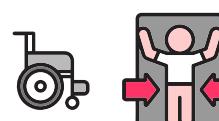
Oftalmología

Cataratas
(si se realiza tratamiento con PUVA)



Contraindicaciones

Movilidad reducida
Claustrofobia



Ubicación de la unidad

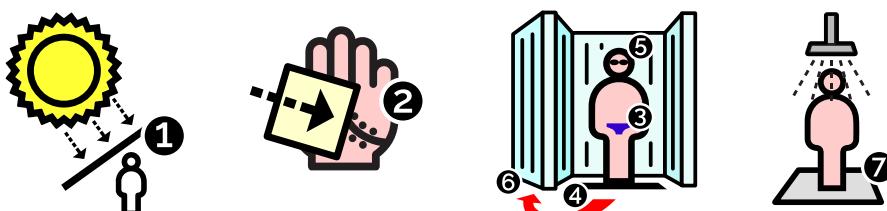
La unidad se encuentra en la 2^a planta de CEX, módulo 25, puerta 9

¿Cómo es la cabina?

Es un habitáculo abierto por el techo y con un panel digital en la puerta.
Consta de 24 lámparas de UVB (100W) + 24 lámparas UVA (100W)

Normas generales

- Venir duchado, pero sin aplicar cosméticos, colonias, desodorantes, cremas hidratantes, etc.
- El día de la sesión **NO** debe exponerse al sol. **1**
- Si tiene alguna cicatriz reciente, hay que taparla. **2**
- Entre en la cabina sin ropa (solo con tanga en caso de ser varón). **3**
- Utilice siempre la misma medida de ropa interior dentro de la cabina, para evitar rojeces.
- Coloque una toalla desechable en el suelo de la cabina. Posteriormente se tirará. **4**
- Utilice gafas de protección homologadas. Su uso inadecuado podría provocar: conjuntivitis, queratitis, quemaduras y cataratas. **5**
- En caso de algún problema o mareo dentro de la cabina, solo tiene que empujar la puerta, que se abrirá directamente. **6**
- La ropa, la podrá dejar en una zona del vestidor, donde encontrará una silla, colgadores etc.
- Posteriormente a la sesión, siempre deberá hidratarse la piel. **7**



En la actualidad y debido al covid deberá lavarse las manos con jabón y **NO** quitarse la mascarilla. La cabina se limpia completamente por dentro y por fuera con antiséptico especial.

Si tiene cualquier duda, póngase en contacto con nosotros

Guía práctica de Fototerapia

Tipos de tratamientos

Fotoquimioterapia (PUVA). Es la combinación de la radiación ultravioleta A + medicación fotosensibilizante 8MOP (psoralen). Se toma 2 horas antes de la exposición, acompañado con comida (preferentemente lácteos).

Fototerapia UVB. No requiere ninguna medicación previa.

Diferencias UVB y UVA

Radiación UVB. Se puede dar a menores de 10 años y embarazadas. La radiación llega hasta la epidermis.

Radiación UVA. NO es apta para menores. NO es apta para embarazadas. El rayo de inclinación es más profundo y llega hasta la dermis.

Fototipos de piel

Hay 6 tipos diferentes, que van desde el Fototipo 1 (personas rubias o pelirrojas, de ojos claros, con pecas, que siempre se queman y nunca se broncean) hasta el Fototipo 6 (personas de piel, ojos y cabello negros).

Tratamiento y dosis. Estándar.

UVB. Tiempo máximo exposición en la sesión 11, unos 6 min (dosis de mantenimiento).

UVA. Tiempo máximo exposición en la sesión 17, unos 17 min (dosis de mantenimiento).

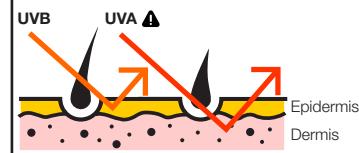
¿Qué pasa cuando se interrumpe el tratamiento?

Interrupciones

4 – 7 días	Misma dosis
1 – 2 semanas	Reducir 50%
2 – 3 semanas	Reducir 75%
+ 3 semanas	Dosis inicial

MÁXIMO 1500 a 2000 J/cm² - vida del paciente

2 o bien 3 sesiones/semana (fototipo)



Papel de enfermería

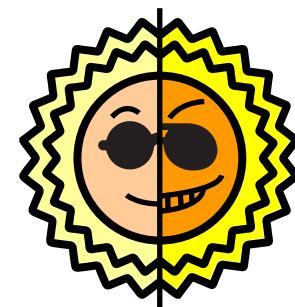
- 1.^a visita: recogida de orden clínica, introducción de datos en el programa informático y programar ciclos (20 sesiones), información oral / escrita y firma de consentimiento. Adjuntamos la hoja informativa (que damos a los pacientes).
- El día de la sesión, revisar lesiones, protección ocular (y genital en el varón).
- Evitar ese día exposición solar, y si es PUVA, 2 horas antes tomar medicación.
- Siempre hidratar después de la sesión. Avisar si hay cambios de medicación. Usar gafas de sol, si es PUVA, y registrar cualquier cambio en la hoja de seguimiento y curso clínico.

Posibles reacciones postfototerapia

- **LEVES.** Suelen aparecer a las 24 horas y desaparecen solas: eritema, sequedad de piel, prurito...
- **AGUDAS.** Si aparecen, es entre las 48 y las 72 horas posteriores: reacciones fototóxicas y empeoramiento de las lesiones. En este caso suspenderemos la sesión y se revalorará por su dermatólogo.
- **CRÓNICAS.** Aparecen cuando se sobrepasan las dosis recomendadas.

Recomendaciones para la hidratación de la piel

- No permanecer más de 10 min. en el agua.
- Mejor agua tibia.
- Utilizar jabones suaves y neutros.
- Secar la piel a toquecitos.
- Aprovechar la humedad de la piel después del baño para hidratarla.
- Poner la crema hidratante en la nevera (reduce el picor).



Recomendaciones para el sol

- NO tomar el sol en la franja horaria de 12 a 16 horas.
- Utilizar un factor de protección como mínimo 30 y ponérselo cada 2 o 3 horas. No olvidar aplicarlo en las orejas.
- Aplicar el protector 30 min. antes de salir de casa.
- Es necesario utilizar gorras, sombreros y gafas de sol.

El sol como efecto positivo

- Síntesis de Vitamina D.
 - Sensación de bienestar.
 - Obtención de bronceado.
 - El sol es una fuente de vitaminas.
- ¡Expóngase a él siempre con mesura!

El sol como efecto nocivo

- Eritema solar (enrojecimiento de la piel).
- Sarpullido, picores, sequedad cutánea.
- ¡OJO! El abuso de sol, puede causar arrugas, fotoenvejecimiento, manchas...

Diferencia entre cabinas estéticas u fototeràpia en unitats hospitalàries

Detrás de las unidades de fototerapia hospitalarias hay un profesional de enfermería, que está formado, conoce las enfermedades, fototipos de la piel (dosis adecuadas de UVB, UVA, para cada fototipo), efectos secundarios y puede resolver sus dudas y siempre está respaldado por un equipo de dermatólogos.