

Entrevista a Sonia Sánchez Gómez*

Autora: Olga Ruiz Guerrero**

*Fisioterapeuta del Servicio de Medicina Física y Rehabilitación. Centro de Especialidades San José Obrero de Málaga.

**Jefe de sección de la Unidad de Comunicación e Imagen Corporativa del Hospital Universitario Virgen de la Victoria.

El Hospital Universitario Virgen de la Victoria de Málaga ha sido pionero en Andalucía en la creación de una unidad especializada en la prevención y tratamiento del Linfedema, una alteración crónica que condiciona de forma notable la calidad de vida de las mujeres que la padecen. Dentro de esta unidad, la labor de los fisioterapeutas es clave, especialmente en el acompañamiento a las pacientes tratadas de cáncer de mama. Hablamos con Sonia Sánchez Gómez, fisioterapeuta del CESJO y referente en este ámbito para conocer su trayectoria y el trabajo que desarrolla en un área donde la fisioterapia se convierte en una herramienta esencial para prevenir, tratar y mejorar la vida de muchas pacientes.



Sonia, cuéntanos cómo ha sido tu recorrido profesional hasta llegar a tu trabajo en la Unidad de Linfedema

Inicié mis estudios de Fisioterapia en la Universidad de Málaga en el curso 1990-1991, la primera promoción que se impartió en la ciudad. Aunque no conocía en profundidad la profesión, me atraía la salud, el trabajo manual y todo lo relacionado con el movimiento. Finalicé en 1993 y desde entonces he estado vinculada al Servicio Andaluz de Salud (SAS). Tras años de contratos en diferentes

patologías, en 2005 me propusieron poner en marcha la unidad de Linfedema en nuestro hospital. Desde entonces, trabajo junto a mis compañeras para ofrecer una atención eficaz, segura y centrada en las personas que conviven con esta alteración.

Cómo describirías el papel del fisioterapeuta dentro del sistema sanitario y en particular en el hospital

La fisioterapia se dedica a ayudar a las personas a desarrollar, mantener y recuperar el movimiento

y su funcionalidad a lo largo de la vida. Utilizamos herramientas como el ejercicio terapéutico, las técnicas manuales o los medios físicos. En las últimas décadas, la disciplina ha crecido enormemente, adoptando una visión integral del paciente que contempla aspectos físicos, psicológicos y sociales. Esto la convierte en un pilar fundamental de la sanidad actual.

En este sentido, cabe destacar que previene complicaciones, reduce medicación, acorta estancias hospitalarias, promueve la autonomía y optimiza recursos, con un impacto económico muy positivo. En nuestro hospital contamos con un equipo de fisioterapeutas profesional, humano y comprometido. Nos gustaría participar aún más en distintos procesos asistenciales, aunque la escasez de profesionales limita esa presencia.

Cómo afecta la calidad de vida a las pacientes con Linfedema

El Linfedema es una hinchazón crónica y progresiva debida a una insuficiencia del sistema linfático. Puede aparecer en distintas zonas del cuerpo y tener múltiples causas: congénitas, oncológicas, traumáticas, infecciosas, etc. Su impacto es profundo y afecta no solo al plano físico, sino también al emocional y social de quienes lo sufren.

Explicanos qué aporta la fisioterapia al tratamiento del Linfedema

Es una disciplina esencial en su manejo. La Terapia Descongestiva Compleja es el tratamiento de referencia e incluye drenaje linfático manual, terapia compresiva, ejercicio terapéutico y cuidados de la piel. Esta combinación permite controlar la inflamación, recuperar funcionalidad y mejorar la calidad de vida. En nuestra Unidad de Linfedema, ubicada en el Hospital Marítimo de Torremolinos, llevamos más de 20 años aplicando este abordaje.

Cómo ha evolucionado tu trabajo en la unidad en los últimos años

Desde octubre de 2023 desarrollamos en el Centro de Especialidades San José Obrero (CESJO) un nuevo programa dirigido a mujeres intervenidas de cáncer de mama denominado programa de Fisioterapia Temprana para Pacientes Intervenidas de Cáncer de Mama (FitPicama). Esta iniciativa surgió al analizar nuestros datos: el 75% de los linfedemas tratados estaban vinculados al cáncer de mama, y muchas pacientes llegaban tarde con síntomas como dolor, limitación, pérdida de fuerza o miedo al movimiento. Por este motivo, diseñamos un protocolo basado en la evidencia científica y lo hemos desarrollado en coordinación

con rehabilitación, cirugía, oncología médica y radioterápica, y enfermería.

Cuéntanos cuales son los objetivos principales del programa FitPicama

Buscamos prevenir disfunciones en la parte superior del cuerpo tras la cirugía de cáncer de mama. Para ello trabajamos en mejorar la movilidad del hombro, abordar la cicatriz para evitar adherencias, aumentar la fuerza, vigilar de forma precoz el posible inicio de linfedema y concienciar a las pacientes sobre la importancia del ejercicio y la actividad física en su recuperación. Todo esto es especialmente eficaz cuando se inicia de manera temprana tras la intervención.

Qué pacientes pueden acceder al programa y cómo se incorporan

Las candidatas son mujeres operadas de cáncer de mama que además tienen intervención en los ganglios axilares o van a recibir radioterapia en esa zona. Se captan a través de las listas de cirugía y mediante teleconsulta desde la unidad de Oncología Radioterápica.

Qué tipo de intervenciones reciben las pacientes y qué resultados habéis obtenido hasta ahora

Todas reciben formación preoperatoria sobre autocuidados y ejercicios. Las pacientes con mayor riesgo tienen seguimiento mínimo de seis meses, con sesiones individuales y grupales donde trabajamos los objetivos marcados. Adaptamos la intervención al nivel de riesgo de cada caso.

En estos dos años, hemos atendido a 650 pacientes, con una adherencia cercana al 85%. La acogida ha sido muy positiva entre las pacientes y entre los profesionales implicados. Se trata de un programa innovador y pionero dentro del servicio de Medicina Física y Rehabilitación que combina educación, fisioterapia individual y grupal, y un seguimiento prolongado. Su enfoque multidisciplinar facilita la prevención del Linfedema secundario y la vigilancia temprana, además de contribuir a la recuperación global durante el proceso oncológico.

Qué le dirías a alguien que esté pensando en formarse en fisioterapia en áreas emergentes

Es una profesión muy versátil, con múltiples salidas. La fisioterapia oncológica y el ejercicio terapéutico están en auge, y hoy sabemos que el ejercicio estructurado es una intervención esencial dentro del tratamiento del cáncer. El Fisioterapeuta tiene un papel clave, desde la prehabilitación hasta la supervivencia, combinando

el ejercicio con técnicas especializadas para la recuperación funcional del paciente.

La experiencia de la unidad de Linfedema y del Programa FitPicama demuestra cómo la Fisioterapia puede transformar el proceso de recuperación de las mujeres tratadas de cáncer de mama, ofreciendo herramientas decisivas para

prevenir complicaciones y mejorar su calidad de vida. El Hospital Clínico Universitario Virgen de la Victoria continúa siendo pionero en este ámbito, impulsando modelos asistenciales basados en la evidencia y en el compromiso de profesionales como Sonia Sánchez Gómez, cuya labor sigue marcando la diferencia en la atención sanitaria de nuestra provincia.

