



ADALIPE

## ¿Quiénes somos?

ADALIPE es la primera asociación exclusivamente de afectadas de Lipedema de España. La asociación está formada por un grupo de afectadas por esta patología, familiares y personas sensibilizadas con la causa.

### Nuestros objetivos son:

Difusión de la enfermedad y ayuda a las pacientes.

Actualización de la cartera de servicios de la sanidad pública española para obtener un diagnóstico y tratamiento adecuado para el Lipedema.

Conseguir que se diagnostique y se trate precozmente el lipedema.

Es fundamental que estemos unidas todas las pacientes para poder luchar por nuestros derechos y conseguir que éstos objetivos se lleven a cabo.

· Únete a nosotras ·



¡Asóciate a ADALIPE!



# ADALIPE

Asociación de Afectadas de Lipedema de España

adalipe.es

IG: @adalipe\_lipedema

twitter: @info\_lipedema

Mail: info@adalipe.es

## ¿Qué es el Lipedema?

Enfermedad inflamatoria crónica y progresiva, que afecta principalmente al tejido celular subcutáneo y en particular a los adipocitos (células grasas). Es una enfermedad que se da principalmente en mujeres y que suele aparecer en épocas de cambios hormonales (pubertad, embarazo, menopausia y tratamientos hormonales).

Las causas de la enfermedad son desconocidas aunque las hipótesis apuntan a un origen hormonal, genético y autoinmune. Los adipocitos enfermos se acumulan sobretodo en miembros inferiores y en menor frecuencia en miembros superiores(aunque también pueden afectar a otras zonas), suelen estar muy vascularizados y sufren hipertrofia e hiperplasia, es decir, aumentan de tamaño y de número. Éstas células grasas prácticamente no responden a dietas ni ejercicio.



adalipe.es



info@adalipe.es



El lipedema puede ser clasificado según grado de afectación (grado o etapa) y zonas afectadas (tipo). No existe correlación directa entre grado de afectación y gravedad de los síntomas.

## El lipedema (también llamado lipoedema) es una enfermedad reconocida por la OMS en 2018 en la CIE-11 con el código EF02.2 Lipoedema.

### Diagnostico

El diagnóstico del lipedema suele ser un diagnóstico clínico, teniendo en cuenta la forma de las piernas y/o brazos y los signos y síntomas de la paciente. Aunque ya existen estudios que indican que una ecografía de la grasa podría confirmar el diagnóstico.

Es una patología muy prevalente pero desconocida por lo que se puede confundir con: obesidad, linfedema, elefantiasis, PEFE e incluso con otras enfermedades vasculares.

Debido a que frecuentemente se asocian complicaciones linfáticas y vasculares en las pacientes con lipedema, sería necesario realizar una linfogammagrafía para valorar el sistema linfático y un eco-doppler para valorar el sistema vascular.

### Signos y síntomas

Las pacientes de lipedema suelen tener algunos o todos de los siguientes signos y síntomas:

- Desproporción de volumen entre tronco y extremidades.
- Afectación bilateral de ambas piernas y/o brazos, sin afectación de manos ni pies.
- Dolor en reposo y/o a la palpación (el dolor puede aumentar con el calor y la actividad física).
- Aumento de la sensibilidad al tacto.
- Pesadez o sensación de quemazón.
- Acumulación de grasa ("celulitis") supracondílea.
- Fragilidad capilar (facilidad en la aparición de hematomas, varices y arañas vasculares).
- Presencia de nódulos de grasa palpables y/o visibles.
- Disminución de la temperatura en los miembros afectados.
- Hipermovilidad o hiperlaxitud ligamentosa.
- Signo de la copa presente en tobillos y/o muñecas.
- Signo de Stemmer y signo de la fovea negativos.
- Dificultad para reducir la grasa de las piernas con dieta y ejercicio.

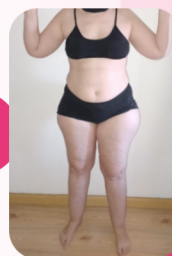


### Las posibles complicaciones del lipedema pueden ser:

- Dificultad para la marcha por dolor o por un volumen excesivo.
- Linfedema.
- Problemas vasculares graves.
- Celulitis y otras infecciones cutáneas.

### Se ha observado que las pacientes con lipedema tienen más posibilidades de padecer otras enfermedades como:

- SOP (Síndrome de ovarios poliquísticos).
- Colon o intestino irritable.
- Alteraciones tiroideas.
- Fibromialgia.
- Obesidad.
- Psoriasis.



### Tratamientos

Para intentar disminuir la progresión de la enfermedad y las complicaciones de la misma, existen varias opciones de tratamiento. Cada paciente debe elegir qué tipo de tratamiento quiere seguir según sus circunstancias personales. Dado que el lipedema es una enfermedad crónica, no existe una cura definitiva. Todo tratamiento para el lipedema debe incluir alimentación antiinflamatoria, compresión y ejercicio adaptado, y éstos se deben mantener en el tiempo para controlar la enfermedad.

Debido al diagnóstico tardío y a la frustración por tantos años viviendo con lipedema, es frecuente que las pacientes necesiten tratamiento psicológico.

### Tratamientos disponibles:

#### • Tratamiento conservador:

Incluye alimentación antiinflamatoria, medias de compresión, ejercicio de bajo impacto y otras opciones que puedan mejorar los síntomas como drenaje linfático manual, cepillado en seco, radiofrecuencia, etcétera.

#### • Tratamientos invasivos no quirúrgicos:

En éstos tratamientos se inyecta a la paciente una serie de medicamentos y vitaminas para disminuir la inflamación y mejorar los síntomas. Además de abordar la enfermedad desde el estudio del intestino y su microbiota.

#### • Tratamiento quirúrgico:

No es una cura de la enfermedad, lo que se hace con la cirugía es que se eliminan los acúmulos de grasa para volver a un estadio más inicial de la enfermedad. Con ello se pretende mejorar la calidad de vida de la paciente disminuyendo sus síntomas y reduciendo la desproporción visual corporal.

Existen muchas técnicas de liposucción que se utilizan en la cirugía de Lipedema (que no es una liposucción convencional y tiene que ser realizada por un cirujano que conozca bien el lipedema y el sistema linfático). Algunas de las técnicas son: WAL, TAL (o tumescente) y PAL. Lo que es más importante no es la técnica en sí, sino las manos expertas del cirujano.

