



F

**TENGO
LINFEDEMA**

F.1

Me han dicho que tengo linfedema ¿qué es eso y por qué ocurre?

El linfedema se refiere a la inflamación de los tejidos causada por una acumulación de líquido rico en proteínas que generalmente se drena a través del sistema linfático del cuerpo. Afecta con mayor frecuencia los brazos o las piernas, pero también puede ocurrir en la pared torácica, el abdomen, el cuello y los genitales.

Los ganglios linfáticos son una parte importante de tu sistema linfático. El linfedema puede provocarse por tratamientos contra el cáncer que extirpan o dañan los ganglios linfáticos. Cualquier tipo de problema que bloquee el drenaje del líquido linfático puede causar linfedema. Los casos graves de linfedema pueden afectar la capacidad de mover la extremidad afectada, aumentar los riesgos de infecciones cutáneas y de septicemia, y pueden provocar cambios y degradación de la piel.



F.2

Estoy operado de un tumor hace muchos años, ¿puedo tener linfedema?

El linfedema puede aparecer en cualquier etapa después de la cirugía o de los tratamientos posteriores. Lo más frecuente es que, si lo hace, sea entre el primer y segundo año tras la cirugía. Los factores de riesgo más importantes son el número de ganglios extirpados, la radioterapia y la obesidad. En ocasiones puede desarrollarse hasta 10 o 20 años después, esto casi nunca significa que haya una recidiva del tumor, sencillamente los vasos que quedaban se han ido deteriorando y ya no tienen capacidad de transporte. Pero no hay que asustarse, el linfedema tiene tratamiento sea cual sea el momento en el que aparezca. Un tratamiento precoz puede hacer que sea reversible y no haya diferencia visible de volumen.



F.3

El linfedema... ¿tiene cura?

El linfedema es un problema crónico, que no tiene cura, pero siempre tiene tratamiento, aunque haga muchos años que se padezca. Según los consensos internacionales de las sociedades científicas de linfedema lo más aconsejable es la Terapia Descongestiva del Linfedema (TDL) que incluye entre las principales terapias: el drenaje linfático manual, la terapia de compresión con vendajes o prendas de compresión, cuidados de la piel y ejercicio. Es muy importante la adhesión del paciente al tratamiento para obtener los mejores resultados y mantenerlos en el tiempo.

Normalmente se realiza un tratamiento de choque de varias semanas dependiendo de la consistencia y volumen del linfedema y después continuará con sesiones de mantenimiento cuya frecuencia dependerá la evolución de cada paciente.

Opciones de tratamiento

