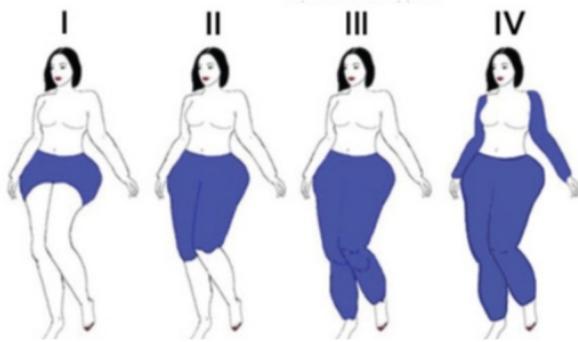


LIPEDEMA

NO ES

OBESIDAD



AGADELPRISE

Asociación Gipuzkoana de afectados de Linfedema primario, secundario, Lipedema y Flebedema

TXARA I Paseo Zarategi 100 Donostia-San Sebastián
Teléfono +34 601 982 584
agadelprise@gmail.com
www.agadelprise.com



¿Qué es el Lipedema?

Es una enfermedad crónica y dolorosa del tejido adiposo. Consiste en una acumulación de grasa patológica, generalmente en la parte inferior del cuerpo -piernas, caderas, de manera desproporcionada, aunque también puede afectar a los brazos. El **lipedema no responde ni a dietas ni a ejercicio, es hereditario, normalmente simétrico y, por su componente hormonal, afecta casi exclusivamente a las mujeres.**

Objetivos de AGADELPRISE:

AGADELPRISE es una asociación sin ánimo de lucro creada en Gipuzkoa en el año 2013 para ofrecer cobertura, información y asesoramiento a las personas afectadas por patologías linfáticas y a sus familiares. Nuestro objetivo principal **es dar a conocer el LINFEDEMA y el LIPEDEMA**, y sensibilizar a la población para favorecer su prevención, diagnóstico y tratamiento.

Ofrecer los recursos sociales y personales a nuestro alcance, compartir experiencias, fomentar y desarrollar hábitos y actividades saludables, dar acompañamiento, gestión sanitaria, administrativa, jurídica, etc.

Trabajar conjuntamente con otras asociaciones para conseguir llegar a entidades públicas y privadas, a profesionales del sector y a organismos administrativos y sanitarios, con el objetivo de concienciar de la **necesidad de crear UNIDADES de Linfedema y Lipedema** que traten no solo la enfermedad, sino al paciente en su totalidad, en sus necesidades físicas, psicológicas y sociales.

Conseguir el reconocimiento de discapacidad, ayudas económicas y adaptaciones del puesto de trabajo para los afectados.

Fomentar la investigación para encontrar la cura o una solución definitiva para estas enfermedades.

¿El Lipedema tiene cura?

El Lipedema es crónico, existen 4 tipos y varios grados, carece de tratamiento farmacológico. Se pueden reducir los síntomas y aliviar el dolor con un tratamiento conservador adecuado.

Tratamiento Conservador: las **prendas de compresión** son fundamentales para controlar la inflamación, favorecen el drenaje linfático en la zona y controlan el avance de la enfermedad, reducen el dolor, la pesadez y la sensación de cansancio. **Las medias deben ser confeccionadas a medida en una ortopedia especializada.** Pueden ser de **tejido plano o circular**, hay varios tipos de compresión y ejercen más presión en movimiento que en reposo.

- **Nutrición:** aunque el **lipedema** no responde a una dieta convencional, la **antiinflamatoria** puede ser de gran ayuda. Es aconsejable buscar nutricionistas especializados en lipedema.
- **Ejercicio:** practicar ejercicio es esencial en las pacientes con **lipedema**; favorece el bombeo y el drenaje circulatorio, aumenta la fuerza muscular, la capacidad pulmonar y, además, favorece la autoestima. Es imprescindible **realizar el ejercicio con prendas de compresión y evitar el ejercicio de alto impacto.** Los ejercicios más aconsejables son el aquagym, la marcha nórdica, la elíptica o la bicicleta, yoga y pilates.
- **Drenaje Linfático Manual:** el **DLM** reduce la parte edematosa del lipedema, suprime la tensión en el sistema más profundo, para evitar complicaciones como el lipolinfedema. El **DLM** reduce la sensación de dolor y pesadez.

Alternativas: la cirugía: Consiste en la **eliminación del tejido adiposo disfuncional** (liposucción con WAL, PAL... NO TRADICIONAL). **Se debe acudir siempre a un cirujano EXPERTO en lipedema.**

Lipomesoplastia: multi-microaplicación, con distribución simétrica, de medicación inyectable, en la capa de tejido celular subcutáneo. Se consigue una gran mejoría en el lipedema, pérdida de peso y volumen, disminuye el dolor y la sensación de piernas hinchadas.