

## Linfedema

**Condición:** el linfedema es una afección progresiva en la que se acumulan niveles anormales de líquido en los tejidos corporales de las extremidades superiores e inferiores.

**Antecedentes:** entre el 24% y el 49% de las pacientes desarrollan linfedema después de una mastectomía, y entre el 4% y el 28% desarrollan la afección después de una lumpectomía. Tras la cirugía pélvica o el tratamiento con radiación, su incidencia se sitúa entre el 1% y el 47%. Solo el 2% de los casos se debe a una infección.

**Factores de riesgo:** existen varios factores de riesgo para el linfedema. Estos incluyen trastornos primarios (asociados con mutaciones genéticas o la edad) o causas secundarias, que generalmente se asocian con cáncer (mama, ginecológico, urológico, melanoma y linfoma) y / o tratamientos contra el cáncer, como radiación, mastectomía, lumpectomía o disección de ganglios linfáticos. El trauma, la infección y la obesidad son otros factores de riesgo.

**Historia y síntomas:** los pacientes pueden quejarse de una sensación de "hinchazón" o "pesadez" en la extremidad afectada. Otros síntomas incluyen inflamación, desfiguración, disminución de la movilidad y función de las extremidades, rotura o infección de la piel y depósitos de grasa.

**Examen físico:** los pacientes suelen proporcionar un historial médico y se someten a un examen físico y una evaluación funcional.

**Proceso de diagnóstico:** para diagnosticar el linfedema, los proveedores de atención médica evalúan la inflamación e hinchazón del paciente, el estado de la piel, el rango de movimiento, la circunferencia de la extremidad, la capacidad para caminar y las actividades de la vida diaria.

**Tratamiento de rehabilitación:** un médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatra) puede ayudar a diagnosticar e identificar los métodos de tratamiento adecuados. Un médico Fisiatra también puede realizar una evaluación funcional para determinar las limitaciones para caminar y las actividades diarias según la gravedad y el tipo de linfedema. Los tratamientos incluyen terapia para eliminar el líquido linfático de las extremidades afectadas y reducir la hinchazón. Esto puede incluir terapia física u ocupacional; dispositivos de compresión, vendajes de compresión de baja elasticidad o sin elásticos o prendas de compresión; higiene de la piel para minimizar el riesgo de infección; y ejercicios para mejorar la amplitud de movimiento. El autocuidado a largo plazo, incluido el cuidado adecuado de la piel, las prendas de compresión, el control del peso y el ejercicio, es clave para prevenir la reacumulación de líquido linfático y las complicaciones. Algunos pacientes pueden necesitar cirugía para controlar sus síntomas.

**Otros recursos para pacientes y familias:** La información educativa para pacientes y familias está disponible a través de la Red Nacional de Linfedema y la Sociedad Americana del Cáncer.

## Preguntas Frecuentes

### ¿Qué es la especialidad en Medicina Física y Rehabilitación?

La Medicina Física y Rehabilitación (MF&R), también conocida como Fisiatría, es una especialidad médica primaria que tiene como objetivo mejorar y restaurar la capacidad funcional, y mejorar la calidad de vida de las personas con lesiones, impedimentos físicos o discapacidades que afectan el cerebro, la médula espinal, los nervios, los huesos, articulaciones, ligamentos, músculos y tendones. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras), evalúan y tratan todo el cuerpo, maximizan la independencia de los pacientes en su vida diaria y son expertos en el diseño de planes de tratamiento integrales y centrados en el paciente para capacitar a los pacientes logren sus metas. Al tener en cuenta todo el cuerpo, pueden identificar con precisión los problemas, disminuir el dolor, ayudar en la recuperación de lesiones devastadoras y maximizar los resultados y el rendimiento generales con opciones no quirúrgicas y peri-quirúrgicas. Para obtener más información, visite [www.aapmr.org/aboutpmr](http://www.aapmr.org/aboutpmr).

### ¿Que hace a los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras) únicos?

La formación de los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación se centra no solo en el tratamiento de afecciones médicas, sino también en mejorar el rendimiento y la calidad de vida del paciente en el contexto de esas afecciones médicas. Se enfocan no solo en una parte del cuerpo, sino en el desarrollo de un programa integral para volver a unir las piezas de la vida de una persona, médica, social, emocional y vocacionalmente, después de una lesión o enfermedad. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación realizan y tratan diagnósticos médicos, diseñan un plan de tratamiento y prescriben las terapias que realizan los fisioterapeutas u otros terapeutas aliados o que realizan los propios pacientes. Al proporcionar un plan de tratamiento adecuado, los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación ayudan a los pacientes a mantenerse lo más activos posible a cualquier edad. Su amplia experiencia médica les permite tratar afecciones incapacitantes a lo largo de la vida de una persona.

### ¿Como localizo un médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación cerca de mí?

Visite [www.aapmr.org/findapmrphysician](http://www.aapmr.org/findapmrphysician) o comuníquese con su médico de cuidado primario para obtener una referido.