

“A DOENÇA DAS PERNAS GORDAS”

Tudo sobre o LIPEDEMA

Saiba mais sobre este problema crónico que afeta não só fisicamente o doente mas também psicologicamente e é quase exclusiva das mulheres

Texto: Carolina Neves Carvalho Fotos: Divulgação Saúde



Joana de Carvalho,
especialista
em Angiologia
e Cirurgia
Vascular

O que é o lipedema?

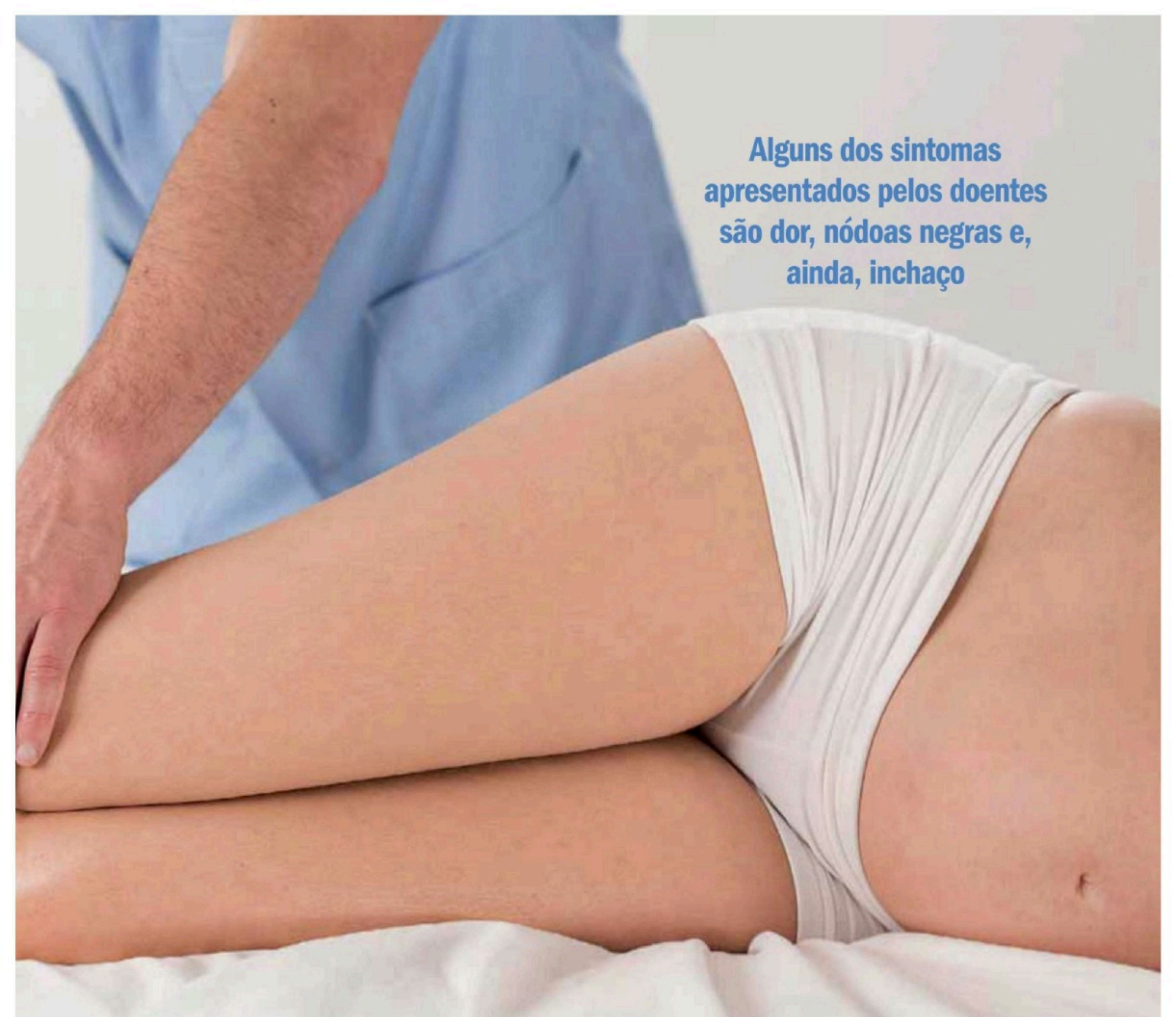
Esta doença é caracterizada pelo acumular excessivo de gordura nos membros inferiores, particularmente nas pernas, quadril e tornozelos.

Joana de Carvalho, especialista em Angiologia e Cirurgia Vascular e autora do livro “**Lipedema – Como tratar a doença das pernas gordas**”, relata que alguns dos sintomas apresentados pelos doentes são “**dor, hipersensibilidade ao toque, equimoses (nódoas negras/pisaduras) frequentes e fáceis, e edema (inchaço)**”. Esta é uma doença que afeta “**quase exclusivamente as mulheres**”, começa por explicar Joana de Carvalho. “**Sabe-se que a hereditariedade e o ambiente hormonal feminino são dos principais fatores de risco.**” De acordo com o *site* da CUF, “**a progressão da doença é feita em três estágios, que variam desde o ligeiro inchaço da pele devido à acumulação subcutânea até à presença de grandes massas de gordura e pele descaída.** No último estágio, o lipedema afeta a qualidade de vida dos doentes”.



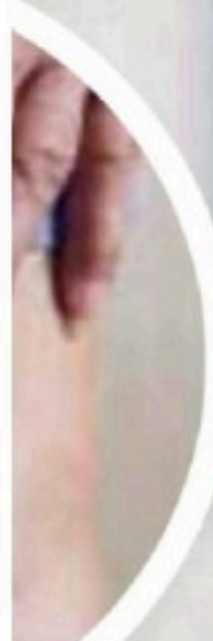
Qual o tratamento?

Sendo esta uma enfermidade caracterizada por uma componente inflamatória, o tratamento passa também por um foco nesse factor. “**O tratamento, em primeira instância, visa controlar a inflamação**”, começa por dizer a especialista. Uma “**dieta anti-inflamatória, a prática de exercício frequente e fisioterapia (focada na drenagem manual linfática e medidas de compressão)** são os pilares do tratamento conservador. Nos casos em que a resposta a estas medidas é insuficiente”, informa a cirurgiã vascular, “**pode ainda ponderar-se a cirurgia de redução – uma cirurgia de lipoaspiração para o lipedema**”.



Alguns dos sintomas apresentados pelos doentes são dor, nódulos negros e, ainda, inchaço

Que implicações pode ter na qualidade de vida e na autoestima?



Joana de Carvalho afirma que “**pacientes com lipedema veem-se limitadas em atividades tão banais como escolha de calças**”, começa por referir, “**porque os números não encaixam nas medidas desproporcionais**”. De acordo com a especialista, as afetadas por este problema crónico “**sentem que têm dois corpos distintos não condizentes (tronco e/ou braços)**”, explica. Muitas vezes, “**apesar de todas as dietas rigorosas e da prática de exercício físico intenso, não conseguem perder a gordura doente do lipedema**”, o

que leva depois a sentimentos de frustração, bem como a uma “**sensação de isolamento e rejeição**”, em alguns casos pode mesmo levar a um quadro clínico de “**depressão e ansiedade**”. A autoestima é particularmente afetada, pois a doença tende a começar a fazer-se visível durante a puberdade, o que, segundo a especialista, “**torna ainda mais gritante o impacto psicológico nas jovens adolescentes que estão numa idade particularmente crítica para a formação da sua personalidade e aceitação corporal**”.