

Linfedema y edema crónico (hinchazón)

Lymphedema and chronic edema (swelling)

El linfedema es una forma de edema crónico causado por la acumulación de líquido linfático cuando existe una obstrucción o daño en el sistema linfático. Esto produce hinchazón, que suele observarse en las extremidades, como en la pierna o en el brazo, y que puede afectar a otras partes del cuerpo.

El sistema linfático desempeña un papel importante en el equilibrio de los líquidos del organismo y en la defensa contra enfermedades e infecciones. Si la inflamación de los tejidos persiste mucho tiempo, daña el sistema linfático. Esto provoca un edema crónico y cambios en los tejidos, como la fibrosis, con el riesgo de infecciones recurrentes conocidas como [celulitis](#).

Hay varias causas conocidas de linfedema y edema crónico, como las afecciones congénitas, la obesidad, los traumatismos físicos y las infecciones.

Hay dos tipos de linfedema:

- El linfedema primario ocurre cuando alguien nace con una malformación o mutación genética en el sistema linfático. Esto provoca hinchazón en una parte específica del cuerpo
- El linfedema secundario se debe a un daño o lesión en un sistema linfático que funcionaba previamente. Las estadísticas recientes indican que hasta un 30 % de las pacientes que han padecido cáncer de mama desarrollan el linfedema como resultado de una cirugía para extirpar los ganglios linfáticos, la quimioterapia y la radioterapia. Es importante diagnosticar y tratar el linfedema de forma temprana para tener la oportunidad de revertir o minimizar el edema

Información sobre el linfedema

Para obtener más información, hay varios recursos y servicios de HealthLink BC disponibles para las personas que padecen linfedema:

- [Linfedema](#)
- [Detector de síntomas de hinchazón](#)
- [Linfedema: Cómo controlar el linfedema](#)
- [Temas relacionados con la sangre y la linfa](#)
- [Información y recursos sobre el cáncer para profesionales de la salud](#)
- [Personas con cáncer](#)

También están disponibles los siguientes recursos:

BC Cancer

[BC Cancer: Linfedema](#) ofrece un programa integral de control del cáncer para personas en BC.

BC Cancer ofrece información general sobre el linfedema y folletos para pacientes sobre cómo reducir y controlar el linfedema de manera segura.

British Columbia Lymphedema Association [BCLA] (Asociación de Linfedema de la Colombia Británica)

La [British Columbia Lymphedema Association](#) es una organización que apoya a las personas con linfedema en BC mediante la concientización, la sensibilización y la aportación de conocimiento sobre el linfedema y las opciones de tratamiento disponibles. La BCLA proporciona información y recursos en línea sobre el linfedema, como libros, videos, enlaces web, información sobre prendas de

compresión, listas de grupos de apoyo y un registro de profesionales de la salud.

Canadian Lymphedema Framework [CLF] (Marco canadiense para el linfedema)

El [Canadian Lymphedema Framework](#) es una organización de colaboración entre las partes interesadas del ámbito académico y los pacientes que trabaja para mejorar la gestión del linfedema y los trastornos relacionados en Canadá. Lleva a cabo actividades de investigación y educación y colabora con otros marcos nacionales e internacionales.

Opciones de tratamiento

El CLF sugiere que el mejor tratamiento es la terapia linfática descongestiva (drenaje linfático) por parte de un terapeuta de linfedema certificado. Para obtener más información, visite [Tratamiento \(Canadian Lymphedema Framework\)](#).

La British Columbia Lymphedema Association dispone de información adicional sobre las opciones de tratamiento, como el ejercicio, el

«vendaje kinesiológico», el cepillado en seco, el cuidado de la piel y la cirugía. Para obtener más información, visite [Opciones de tratamiento \(British Columbia Lymphedema Association\)](#).

Los terapeutas con formación y experiencia en el tratamiento del linfedema pueden ayudar. Estos terapeutas están capacitados en el tratamiento del linfedema, lo que con frecuencia se denomina drenaje linfático manual (MLD, por sus siglas en inglés) o terapia descongestiva completa (CDT, por sus siglas en inglés). Aquí puede encontrar una lista de terapeutas calificados, ordenados por autoridad sanitaria de BC y ubicación:

- [Listados de profesionales en línea \(British Columbia Lymphedema Association\)](#)
- [Encontrar un fisioterapeuta \(Physiotherapy Association of British Columbia; Asociación de Fisioterapia de la Colombia Británica\)](#): los pacientes pueden filtrar la información por fisioterapeutas especializados en el tratamiento del linfedema