

# Edema periférico: causas, diagnóstico y tratamiento con compresión graduada



## Información general

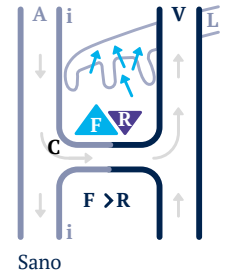
Los **edemas periféricos** son muy heterogéneos. Los pacientes que presentan hinchazón en una o más extremidades a menudo reciben un **diagnóstico erróneo** y no obtienen el tratamiento adecuado. Esta ficha informativa describe diferentes formas de edemas, sus características clínicas y por qué la **compresión graduada es esencial**.

## Causas

Los edemas periféricos son de origen **sistémico** o **local**. El **edema sistémico** es causado por una enfermedad sistémica subyacente (cardíaca, renal, hepática, endocrina, obesidad). El **edema local** es causado por una falla primaria o secundaria del sistema vascular en la extremidad (flebedema y linfedema; edemas inflamatorios, postraumáticos, artrogénicos, de inactividad y ortostáticos). **Caso especial: lipoedema** (ver más abajo).

## Mecanismos subyacentes

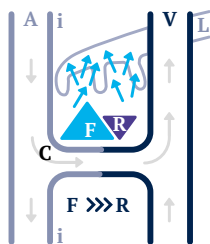
El **intercambio de líquido capilar** y la **captación linfática** son procesos cuidadosamente regulados. En un **sujeto sano**, la filtración (F) es mayor que la reabsorción (R); el sistema linfático (SL) absorbe el exceso de líquido. En el **edema periférico**, el intercambio de líquido capilar y/o la captación linfática son disfuncionales; como resultado, el líquido se acumula en el espacio intersticial.



## Fisiopatología Mecanismos subyacentes del flebedema, linfedema y lipoedema.

### Flebedema

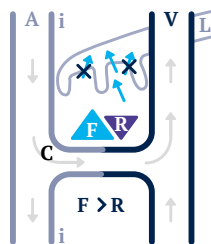
Inflamación localizada causada por insuficiencia venosa crónica (deterioro del retorno venoso; estasis venosa e hipertensión).



- F >>> R:**
- El SL intacto pero sobresaturado no puede absorber todo el exceso de líquido
  - El líquido se acumula
  - Edema

### Linfedema (primario / secundario)

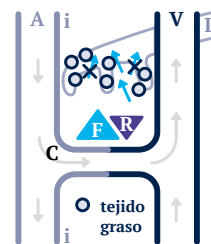
Inflamación localizada causada por un sistema linfático comprometido. Primario: congénito; secundario: adquirido (después de la cirugía, tratamiento oncológico, etc.).



- SL comprometido:**
- El SL deteriorado no puede absorber el exceso de líquido
  - Se acumula líquido rico en proteínas
  - Edema y tejido fibrótico

### Lipoedema

Trastorno de la grasa subcutánea que afecta principalmente a las extremidades. El aumento simétrico de tejido graso está influenciado por hormonas.



- El tejido graso puede obstruir mecánicamente el SL:**
- SL deteriorado
  - El líquido se acumula
  - Edema (lipolinfedema)



## Diagnóstico diferencial Tenga en cuenta que los edemas periféricos suelen tener etiologías mixtas.

	<b>Flebedema</b>	<b>Linfedema</b>	<b>Lipoedema</b>
<b>Dónde</b>	Bilateral o unilateral	Generalmente unilateral; si es bilateral, asimétrico	Generalmente simétrico
	Principalmente en la zona del tobillo y la pantorrilla	Progresión: distal a proximal (primaria)	Progresión: proximal a distal (secundaria)
<b>Cuándo</b>	Aumenta a lo largo del día, mejora si las piernas están elevadas o durante la noche	Incremento a lo largo del día. En la etapa inicial, mejora si las piernas están elevadas o durante la noche	Sin mejoría de la noche a la mañana
<b>Comienzo</b>	Lento	Lento (primario) / Rápido (secundario)	Lento
<b>Sensación</b>	Suave, solo endurecido en las etapas avanzadas	Endurecido, blando en la etapa inicial	Suave, solo endurecido en las etapas avanzadas
<b>Dolor</b>	Sin dolor	Sin dolor, sensación de tensión en las etapas avanzadas	Dolor con la presión o dolor espontáneo
<b>Hendiduras</b>	Prueba de hundimiento cutáneo positiva	Prueba de hundimiento cutáneo negativa, solo en la etapa inicial positiva	Prueba de hundimiento cutáneo negativa
<b>Stemmer</b>	Negativo	Positivo (puede ser negativo en la etapa inicial)	Negativo
<b>Dedos de los pies</b>	Ninguno	Dedos del pie cuadrados	Ninguno
<b>Piel</b>	Corona flebectásica, eccema, oscurecimiento pardusco de la piel, atrofia blanca, lipodermatosclerosis	Decoloración de la piel en etapa avanzada (primario)	Poco frecuente (secundario) Tendencia pronunciada a desarrollar hematomas



## Plan de tratamiento

### Flebedema

**Conservador** compresión graduada (generalmente prendas de compresión de punto circular).

**Intervencionista** extirpación venosa, escleroterapia, ablación endovenosa térmica y mecánica.

### Linfedema

**Paso 1** Reducción de volumen: terapia de descongestión física compleja con MLD, compresión graduada, cuidado de la piel, fisioterapia.

**Paso 2** Terapia de mantenimiento: compresión graduada personalizada (vendajes de compresión de punto plano/ajustables), complementada con MLD según la situación.

### Lipoedema

**Conservador** compresión graduada personalizada, estabilización de peso, ejercicio, autoaceptación corporal, MLD (lipolinfedema).

**Intervencionista** liposucción. Antes de considerar una liposucción, se debe agotar sin éxito una terapia conservadora.



## Compresión graduada

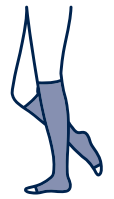
### Efectos benéficos

- ✓ Reducción y prevención del edema
- ✓ Mejora del flujo venoso y linfático
- ✓ Reducción de signos y síntomas; cicatrización de la herida
- ✓ Mejora y prevención de afecciones cutáneas
- ✓ Reducción del deterioro mecánico y el dolor (lipoedema)
- ✓ Aumento de la actividad física y estabilización de tejidos (lipoedema)

### Mecanismos de acción

Las prendas de compresión médica ejercen una presión controlada sobre una extremidad y mejoran la frecuencia circulatoria. Con respecto a la reducción del edema, la compresión graduada:

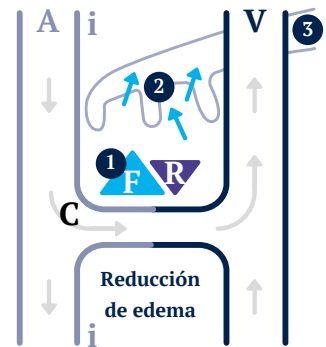
- 1 **Disminuye la filtración**
- 2 **Aumenta la formación de linfa** (desplazamiento de líquido intersticial al sistema linfático)
- 3 **Aumenta el flujo linfático** en los vasos linfáticos funcionales (especialmente en combinación con ejercicio)



Punto circular, punto plano



Vendajes de compresión ajustables



## Conclusión

- En el **edema periférico**, el líquido se acumula en el espacio intersticial debido al **intercambio de líquido capilar** disfuncional y/o la **captación linfática** comprometida.
- Según la causa subyacente de la acumulación de líquido, tienen lugar **diferentes mecanismos fisiopatológicos** específicos del edema en cuestión. Por lo tanto, se requieren **planes de tratamiento individualizados** en cada caso.
- La **compresión graduada** es el **pilar del tratamiento para el manejo del edema periférico**. Los efectos beneficiosos incluyen, entre otros, reducción y prevención del edema, mejora del flujo venoso y linfático, reducción de los signos y síntomas y la mejora del bienestar general del paciente.

## Mensaje final

### ¡El edema no es solo un edema!

Los pacientes que presenten un edema periférico de las extremidades necesitan una evaluación cuidadosa para determinar la causa subyacente. Esto es crucial para definir el plan de tratamiento adecuado.

La compresión graduada es esencial para el tratamiento del edema periférico. Es vital para mejorar la vida de los pacientes afectados por el edema periférico.