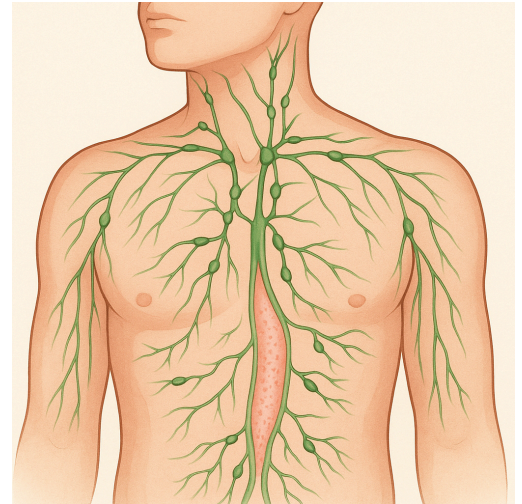


ENFERMEDADES DEL SISTEMA LINFÁTICO Y LINFEDEMA

El **sistema linfático** es una parte esencial de nuestro cuerpo que muchas veces pasa desapercibido. Su función principal es **protegernos contra infecciones y mantener el equilibrio de los líquidos corporales**. Está compuesto por:

- **Vasos linfáticos** (diferentes a las venas o arterias)
- **Ganglios linfáticos**
- **Órganos como el bazo, la médula ósea y el timo**
- Un líquido transparente llamado **linfa**, que contiene **glóbulos blancos**.

Cuando el sistema linfático no funciona bien, se pueden presentar diferentes **problemas de salud**, como hinchazón (linfedema), infecciones o incluso algunos tipos de cáncer.



¿Qué problemas pueden presentarse en el sistema linfático?

Las alteraciones del sistema linfático pueden afectar muchas partes del cuerpo. Algunas de las enfermedades o manifestaciones más comunes son:

- **Adenopatías:** Inflamación de los ganglios linfáticos.
- **Edema linfático (linfedema):** Acumulación de líquido y proteínas en los tejidos.
- **Edema linfodinámico:** Aumento temporal de líquido debido a problemas circulatorios (como insuficiencia cardíaca o lesiones).
- **Linfangitis:** Inflamación causada por infección, generalmente a través de una herida.
- **Lipedema:** Acumulación anormal de grasa, sobre todo en piernas y caderas, que puede confundirse con linfedema.
- **Mixedema:** Hinchazón relacionada con enfermedades de la tiroides.
- **Linfoma:** Es el tipo de **cáncer que afecta al sistema linfático**.

¿Qué es el linfedema?

El **linfedema** es una **hinchazón crónica**, comúnmente en uno de los brazos o piernas, aunque también puede afectar ambos lados. Se produce cuando la linfa **no puede circular adecuadamente** y se acumula en los tejidos. Ocurre con mayor frecuencia en personas que han recibido **tratamiento contra el cáncer**, como **cirugías para extirpar ganglios linfáticos** o **radioterapia**, pero también puede aparecer por otras causas. En algunos casos, el linfedema puede presentarse desde el nacimiento, por alteraciones congénitas del sistema de drenaje linfático.

Factores de riesgo para desarrollar linfedema

- **Edad avanzada**
- **Obesidad o sobrepeso**
- **Tratamientos oncológicos** (cirugía, radioterapia)
- **Cáncer en sí mismo**
- **Enfermedades inflamatorias crónicas** (como la artritis reumatoide)

Signos y síntomas del linfedema

- Hinchazón persistente en una extremidad
- Sensación de **pesadez o rigidez**
- **Disminución de los arcos de movimiento** en el brazo o pierna afectada
- Dolor o molestia en la extremidad afectada
- Infecciones de repetición en la piel (como celulitis)
- **Engrosamiento o endurecimiento de la piel** en fases avanzadas



¿Cómo se diagnostica?

Su médico hará una exploración física y algunas preguntas. Si hay dudas sobre la causa de la hinchazón, pueden solicitarse estudios como:

- **Resonancia magnética o tomografía computarizada:** muestran si hay obstrucciones en el sistema linfático.
- **Gammagrafía linfática:** se usa una sustancia de contraste para visualizar el recorrido de la linfa en el cuerpo.
- **Conteo de glóbulos blancos:** si se sospechan causas inmunológicas o infecciosas.

¿Tiene cura el linfedema?

Actualmente **no existe una cura definitiva**, pero sí hay tratamientos que **mejoran los síntomas, reducen la hinchazón y previenen complicaciones**.

Opciones de tratamiento

- **Ejercicio terapéutico:** actividades suaves y guiadas que ayudan a drenar la linfa.
- **Compresión elástica:** vendajes especiales o medias de compresión que favorecen el retorno linfático.
- **Drenaje linfático manual:** técnica especializada de masaje, realizada por personal capacitado.
- **Compresión neumática intermitente:** dispositivo que infla una manga sobre la extremidad