

Lipedema: Entenda os Sinais e Saiba Quando Buscar Ajuda

Condição crônica e progressiva com acúmulo bilateral e simétrico de gordura, resistente a dietas e exercícios, afetando majoritariamente mulheres. O diagnóstico é clínico.

COMO IDENTIFICAR O LIPEDEMA



O “Sinal do Manguito”: Gordura para abruptamente, poupando pés e mãos (efeito “pulseira”).



Dor e Sensibilidade: Tecido dolorido com sensação de peso e hipersensibilidade ao toque.

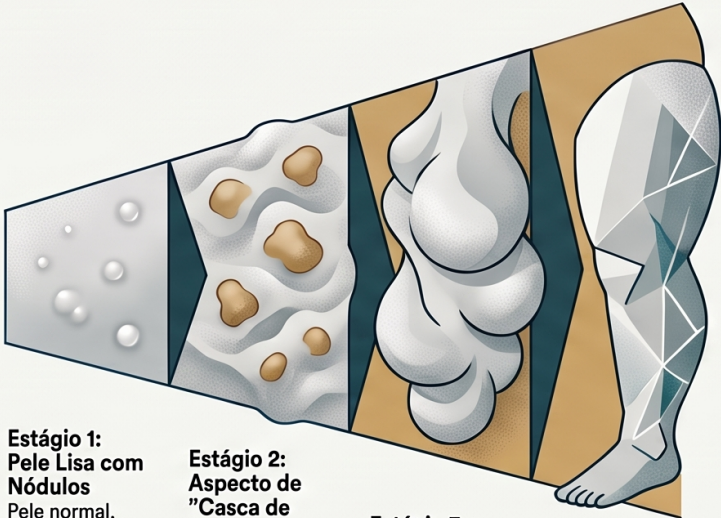


Fragilidade Capilar: Hematomas frequentes com mínimo impacto.



Resistência a Dietas e Exercícios: Gordura não diminui com restrição calórica ou atividade física.

OS ESTÁGIOS DA EVOLUÇÃO



Estágio 1: Pele Lisa com Nódulos
Pele normal, nódulos subcutâneos palpáveis (“grãos de arroz”).

Estágio 2: Aspecto de “Casca de Laranja”
Superfície irregular, ondulada (como ceichão), nódulos maiores.

Estágio 3: Grandes Dobras de Gordura
Massas de gordura pendentes e lóbulos deformam contornos, prejudicando a mobilidade.

Estágio 4: Lipolinfedema
Acúmulo de gordura e fibrose sobrecarregam sistema linfático, causando inchaço em pés e mãos.

LIPEDEMA VS. OBESIDADE VS. LINFEDEMA

Característica	Lipedema	Obesidade	Linfedema
Simetria	Sempre Simétrico	Geraimente Simétrico	Frequentemente Assimétrico
Pés e Mãos	Poupados (Sinal do Manguito)	Envolvidos proporcionalmente	Quase sempre envolvidos
Dor ao Toque	Multo Comum	Incomum	Incomum (sensação de peso)
Resposta a Dieta	Minima/Nula	Alta Resposta	Minima (foco no fluido)
Hematomas Fáceis	Muito Comum	Raro	Normal
Sinal de Stemmer	Negativo	Negativo	Positivo



Sinal de Stemmer: Negativo no Lipedema. É possível pinçar a pele na base do segundo dedo do pé.

Distribuição Corporal: Lipedema é regional (pernas/braços), poupando mãos/pés. Obesidade é global.

QUANDO PROCURAR UM MÉDICO?



Gatilhos Hormonais: Se sintomas surgirem/piorarem na puberdade, gravidez ou menopausa.



Impacto na Vida Diária: Se sentir dor persistente, dificuldade com roupas ou se o inchaço afetar a caminhada.



Diagnóstico Clínico Especializado: Feito por médico (vascular ou cirurgião plástico) através de exame físico e histórico detalhado.