

FISIOTERAPIA Y REHABILITACIÓN EN EL TRATAMIENTO DEL LINFEDEMA: TÉCNICAS ACTUALES

Hablar de la fisioterapia y rehabilitación en el tratamiento del linfedema nos obliga a hablar de este tema desde la perspectiva más frecuente en nuestro trabajo como fisioterapeutas: aquella que nos exige pautas rápidas y precisas de actuación para reducir o frenar el avance de un linfedema ya instaurado. Hacer una básica y breve visualización de lo que sería nuestro sistema linfático en buen funcionamiento, nos situará mejor ante los casos patológicos del mismo. Así, entendiendo en dónde estriba el fallo de cada caso concreto haremos entendibles no sólo los tratamientos, sino todas aquellas situaciones que deberíamos potenciar o evitar para limitar la aparición del linfedema o paliar su degeneración en caso de que ya esté establecido. Creo que es en este aspecto en el que mayor empeño debemos poner desde todos los ámbitos profesionales cercanos a este problema. Si desde la docencia, sanidad y asociaciones creamos las condiciones adecuadas de prevención, ello redundará en beneficios para todos, siendo el primer gran beneficiado la persona afectada, y el segundo los sistemas de atención sanitaria, que se verían aliviados de la carga económica y laboral que todo paciente crónico conlleva. La persona con posibilidad de generar linfedema ha de saber que una vez que éste se ha definido, la recuperación, aunque efectiva, nunca lo será al cien por cien. Por ello recordaremos aquellas situaciones a evitar para los pacientes con riesgo. En caso de que el linfedema haya hecho su aparición, recurriremos como tratamiento estrella al Drenaje Linfático Manual (DLM), técnica de masaje cuya finalidad es la de potenciar la actividad del sistema linfático, acelerando la salida del exceso de líquido acumulado en situación patológica. En función del grado de evolución del linfedema, el DLM podría aplicarse como tratamiento único, o bien acompañado de determinada electroterapia (ultrasonidos), siendo más frecuente la aplicación de la llamada Terapia Descongestiva Compleja, creada por el Dr. Földi, en Alemania, consistente en la combinación de DLM, vendaje compresivo, cinesiterapia activa y cuidado específico de la piel. También existe la posibilidad de potenciar el drenaje linfático del cuerpo mediante determinadas máquinas: hablamos de la presoterapia y de las ondas de reducción fisiológica. Ambas pueden resultar efectivas, pero su utilización requiere un perfecto conocimiento de las mismas y no exime de la aplicación del drenaje linfático manual, que debería ser previa y posterior a la utilización de la máquina, para garantizar los resultados adecuados. M^a. Jesús Gómez Lago

M^a Jesús Gómez Lago

- Diplomada en Fisioterapia

- Directora del centro LASAIA-FISIOTERAPIA dedicado exclusivamente al Drenaje Linfático Manual
- - Fisioterapeuta de KATXALIN: Asociación de mujeres afectadas de cáncer de mama y ginecológico, de Guipúzcoa
- Asesora Técnica de ADELPRISE: Asociación de enfermos de linfedema primario y secundario, de Vitoria
- Profesora de Formación Continua en DLM