

## COLUMNA

**Ledda Pérez**

kinesióloga y directora de  
Clínica Lipedema WAL Chile



### Día del Kinesiólogo

Cada 6 de mayo se conmemora el Día del Kinesiólogo y la Kinesióloga, una fecha que invita a reconocer el aporte de estos profesionales en la rehabilitación, prevención y mejora de la calidad de vida de miles de personas. Sin embargo, también es una oportunidad para visibilizar enfermedades que requieren un manejo especializado y multidisciplinario, como es el caso del lipedema.

El lipedema es una enfermedad crónica, progresiva y muchas veces subdiagnosticada, que afecta principalmente a mujeres y se caracteriza por una acumulación anormal de grasa, principalmente en piernas y brazos, acompañada de dolor, inflamación, sensibilidad y sensación de pesadez. Muchas pacientes pasan años buscando respuestas, siendo confundidas con obesidad o problemas circulatorios, sin acceder a un tratamiento adecuado.

En este contexto, la kinesiólogía cumple un rol fundamental dentro del manejo integral de esta enfermedad. Actualmente existen tratamientos conservadores que permiten controlar síntomas, disminuir la inflamación y mejorar significativamente la calidad de vida de las pacientes, y dentro de ellos la fisioterapia especializada ocupa un lugar central, la que además se utiliza en los procesos pre y post operatorios de aquellas que deciden optar por la cirugía.

A través de herramientas como el drenaje linfático manual, ondas de choque, ejercicios terapéuticos, manejo de edema, compresión y educación del paciente, los kinesiólogos

pueden ayudar a reducir el dolor, mejorar la movilidad y prevenir el avance de la enfermedad. Además, el acompañamiento constante permite que las pacientes comprendan mejor su condición y logren incorporar hábitos que favorezcan su bienestar físico y emocional. Sin embargo, es importante destacar que no basta con ser kinesiólogo para tratar lipedema. Esta es una enfermedad compleja, relativamente nueva en términos de diagnóstico y conocimiento clínico, por lo que requiere formación específica y actualización permanente. Hoy sabemos que muchas pacientes llegan después de años de tratamientos inadecuados precisamente porque el lipedema aún es desconocido para parte del mundo de la salud. Por eso, contar con kinesiólogos formados y expertos en lipedema marca una diferencia enorme en el diagnóstico, abordaje terapéutico y evolución de quienes viven con esta enfermedad.

El profesional especializado comprende las particularidades del tejido afectado, sabe diferenciar el lipedema de otras patologías como el linfedema o la obesidad, y puede diseñar tratamientos personalizados según la etapa y necesidades de cada paciente.

Además, el trabajo kinésico no solo es relevante en etapas conservadoras, sino también antes y después de una cirugía de lipedema, donde la rehabilitación adecuada es clave para optimizar resultados, disminuir fibrosis, controlar inflamación y favorecer una recuperación segura.