

Lipedema, diagnosi e cure innovative per una malattia complessa

Autore: Redazione

Data: 16 Novembre 2024



Il **Lipedema**, erroneamente classificato come malattia rara, è una **patologia genetica cronica, infiammatoria e degenerativa** che colpisce prevalentemente le donne durante i passaggi ormonali fisiologici. “Si tratta di un accumulo di tessuto adiposo patologico, prevalentemente agli arti, ma che può colpire tutto il corpo”, spiega la dottoressa **Stefania Folloni**, medico chirurgo nutrizionista ed estetico.

Diagnosi errate e stigma sociale

Spesso confuso con l'obesità ginoide o la [cellulite](#), il Lipedema è sovente mal diagnosticato, portando a interpretazioni errate di carattere estetico. “Le persone affette – afferma la dr. Folloni – hanno sempre dovuto sottostare a uno stigma negativo, sentendosi in colpa per la loro incapacità di dimagrire.” La patologia interessa l'**11% della popolazione** e registra una prevalenza di 1-9 casi ogni 100.000 persone.

Verso una diagnosi più precisa

Attualmente, la diagnosi si basa su una **fenotipizzazione clinica**, ma nuovi studi potrebbero portare a svolte importanti. “Un collega spagnolo sta conducendo una ricerca su migliaia di casi clinici che potrebbe identificare criteri strumentali di grande rilevanza”, anticipa la dottoressa.

Approcci terapeutici innovativi

La gestione del Lipedema richiede un intervento multidisciplinare. La priorità è ridurre **l’infiammazione, lo stress ossidativo** e rallentare la progressione della patologia. Tra le strategie emergenti, spicca la “**liposuzione alimentare**”, un approccio dietetico chetogenico mediterraneo modificato. “Si tratta di un intervento che, agendo come smobilizzatore di grasso, riduce il carico adiposo nelle aree di compressione, alleviando dolore e migliorando la qualità della vita”, spiega la dr. Folloni.

I sei pilastri della lifestyle medicine

Tra le strategie terapeutiche, la **lifestyle medicine** si basa su sei pilastri fondamentali:

- **Gestione dello stress:** incontri con psicologi per migliorare il benessere mentale.
- **Riduzione dei fattori di rischio:** monitoraggio ormonale e riduzione di fumo e alcol.
- **Esercizio fisico:** attività come nuoto ed esercizi in acqua per migliorare la resistenza muscolare.
- **Sonno ristoratore:** migliorare la qualità del sonno per favorire il recupero.
- **Connessioni sociali positive:** relazioni che rafforzano il benessere psicologico.
- **Nutrizione corretta:** dieta antiinfiammatoria e integrazione di [omega 3](#) e fitoterapici.

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/benessere-e-salute/lipedema-diagnosi-cure-innovative/>

Generato il 30/04/2025