

Lipoedema, cause e cure della falsa cellulite alle gambe

Autore: Cinzia Rampino

Data: 29 Aprile 2015

Il Lipoedema o lipedema è una malattia cronica del tessuto adiposo che generalmente colpisce le gambe. Non si tratta affatto di cellulite (Leggi: [i 5 trattamenti più efficaci contro la cellulite](#)), nè di buccia d'arancia bensì di una disfunzione che va curata e diagnosticata correttamente. Le sue caratteristiche principali sono:

1. Ereditarietà
2. Si verifica quasi esclusivamente nelle donne
3. Può verificarsi in donne magre od obese
4. Si manifesta con l'espansione delle cellule di grasso in un modello insolito e particolare: di solito dalla vita fin sopra le caviglie
5. A differenza del grasso normale, questo tipo di grasso in genere non può essere perso con la dieta e l'esercizio fisico
6. Un indicatore esclusivo di lipoedema è che i piedi risultano asciutti e magri

Lipoedema: cause

Il Lipoedema di solito si scatena durante la **pubertà**, ma può peggiorare durante o dopo la **gravidanza, la menopausa**, e dopo una chirurgia ginecologica. Esso può anche essere innescato da una situazione estremamente stressante a causa del fatto che i **livelli di cortisolo** aumentano, provocando un'inflammazione, quasi sempre mal diagnosticata come semplice aumento di peso. C'è però da dire che, se il lipedema viene diagnosticato in tempo, è possibile evitare una significativa espansione delle cellule adipose e prendere i provvedimenti opportuni. Il lipoedema comunque sembra essere correlato al funzionamento di estrogeni e progesterone e alle influenze ormonali.

Cura del Lipoedema

Il trattamento medico prevede un **ciclo di linfo drenaggio manuale e bendaggi**, accompagnato dall'uso di indumenti a compressione come calze e collant. La **compressione** impedisce il ripetersi di linfoedema, e in alcuni pazienti può ridurre il dolore associato.

La gestione di questa malattia comporta la riduzione dell'apporto di **sodio** nella dieta, **ginnastica dolce** per promuovere la circolazione nelle gambe, e trattamenti tipici del linfoedema.

Il dibattito sulla **cura chirurgica e la liposuzione** come cura definitiva è aperto e molto controverso. C'è chi sostiene infatti la necessità di eliminare il grasso prima di qualsiasi altro

trattamento, mentre c'è chi crede che l'intervento sia inutile in quanto il Lipoedema ritorna uguale in poco tempo.

Buoni risultati si stanno ottenendo con gruppi di studio e ricerca che hanno cambiato stile di vita, passando ad un sistema alimentare sano e ricco di movimento.

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/bellezza/lipoedema-cause-e-cure-della-falsa-cellulite-alle-gambe/>

Generato il 22/04/2025