



Dr Felipe Góis  
@dr.felipegois

# QUESTIONÁRIO

## DE RASTREAMENTO DE LIPEDEMA



### 1 VOCÊ SENTE QUE TEM ALGO ERRADO NAS SUAS PERNAS, MAS NÃO SABE O QUE?

- A) SIM, MINHAS PERNAS SÃO GRANDES, PARECEM COLUNAS/TRONCO DE ÁRVORE E TENHO GORDURA NO TORNOZELO. (3 PONTOS)
- B) SIM, MINHAS PERNAS SÃO MAIORES COMPARADAS AO RESTO DO MEU CORPO. (2 PONTOS)
- C) SIM, MINHAS PERNAS SÃO GRANDES E PROPORCIONAIS AO RESTO DO MEU CORPO. (1 PONTO)
- D) NÃO, MINHAS PERNAS ESTÃO BEM. (0 PONTOS)

### 2 A PARTE DE BAIXO DO CORPO É MAIOR E DESPROPORCIONAL AO TRONCO/PARTE SUPERIOR DO CORPO?

- A) SIM, A PARTE DE BAIXO DO MEU CORPO É DESPROPORCIONAL À PARTE DE CIMA/TRONCO. O TAMANHO DA CALÇA É 3 VEZES MAIOR QUE O TAMANHO DA MINHA CAMISA. (2 PONTOS)
- B) SIM, MEU CORPO INFERIOR É DISCRETAMENTE DESPROPORCIONAL AO MEU TRONCO/PARTE DE CIMA. O TAMANHO DA MINHA CALÇA É DE 1 A 2 VEZES MAIOR QUE O TAMANHO DE MINHA CAMISA. (1 PONTO)
- C) NÃO, A PARTE DE CIMA DO MEU CORPO/TRONCO É MAIOR QUE A PARTE DE BAIXO. O NÚMERO DO TAMANHO DA MINHA CAMISA É MAIOR QUE O NÚMERO DA MINHA CALÇA (0 PONTOS)
- D) NÃO, A PARTE DE CIMA E DE BAIXO DO MEU CORPO SÃO PROPORCIONAIS. O NÚMERO DA MINHA CAMISA E CALÇA SÃO OS MESMOS. (0 PONTOS)

### 3 VOCÊ TEM PROBLEMA PARA PERDER PESO, PRINCIPALMENTE NA PARTE DE BAIXO DO CORPO?

- A) PERDER PESO, PRINCIPALMENTE NAS MINHAS COXAS/ PERNAS, QUADRIL E/OU BRAÇOS, QUE PARECEM SEMPRE AUMENTAR (2 PONTOS)
- B) SIM, TENHO MUITO E SÓ PAREÇO PERDER PESO NO TRONCO/PARTE DE CIMA DO CORPO, FREQUENTEMENTE EXCLUINDO BRAÇOS (1 PONTO)
- C) NÃO, COM DIETA E EXERCÍCIO CONSIGO PERDER PESO. O PESO/GORDURA PARECE SAIR PROPORCIONALMENTE DO MEU CORPO INTEIRO (0 PONTOS)
- D) NÃO TENHO PROBLEMA DE PESO OU DIFICULDADE PARA PERDÊ-LO. TENHO UM PESO ESTÁVEL (0 PONTOS)



Dr Felipe Góis  
@dr.felipegois

# QUESTIONÁRIO

## DE RASTREAMENTO DE LIPEDEMA



**4 DURANTE A PUBERDADE, VOCÊ GANHOU PESO PRINCIPALMENTE NAS COXAS/PERNAS, QUADRIS, NÁDEGAS OU BRAÇOS?**

A) SIM, GANHEI MUITO PESO DURANTE A PUBERDADE, PRINCIPALMENTE NAS MINHAS COXAS E PERNAS, QUADRIS, NÁDEGAS E/OU BRAÇOS **(2 PONTOS)**

B) SIM, GANHEI ALGUM PESO NA MINHA PUBERDADE. AS COXAS/PERNAS, QUADRIS, NÁDEGAS E/OU BRAÇOS PARECIAM FICAR MAIOR QUE OUTRAS PARTES DO MEU CORPO. **(1 PONTO)**

C) NÃO, GANHEI POUCO PESO DURANTE A PUBERDADE QUE FOI DISTRIBUÍDO NO CORPO INTEIRO E NÃO SOMENTE NAS COXAS/PERNAS, QUADRIS, NÁDEGAS E BRAÇOS. **(0 PONTOS)**

D) NÃO. GANHEI POUCO OU NENHUM PESO NA PUBERDADE. EU PERDIA FACILMENTE COM DIETA E EXERCÍCIOS OU MANTIA MEU PESO ESTÁVEL. **(0 PONTOS)**

**5 DURANTE OU LOGO APÓS A GRAVIDEZ/ AMAMENTAÇÃO, VOCÊ GANHOU PESO OU TEVE MUDANÇA NAS SUAS COXAS/PERNAS, QUADRIS, NÁDEGAS E/ OU BRAÇOS? (Desconsidere se você não teve gestação)**

A) SIM, GANHEI MUITO PESO (MAIS DE 23KG), PRINCIPALMENTE NAS COXAS/PERNAS, QUADRIS, NÁDEGAS E/OU BRAÇOS DURANTE OU LOGO APÓS A GESTAÇÃO E/OU AMAMENTAÇÃO. **(2 PONTOS)**

B) SIM, GANHEI ENTRE 16-23KG, UM POUCO NAS COXAS/PERNAS, QUADRIS, NÁDEGAS E/OU BRAÇOS LOGO APÓS A GESTAÇÃO E/OU AMAMENTAÇÃO. **(1 PONTO)**

C) NÃO, GANHEI PESO NORMALMENTE (11-15KG), NENHUM PESO EXTRA FOI LOCALIZADO NAS COXAS/ PERNAS, QUADRIS, NÁDEGAS E/OU BRAÇOS DURANTE OU LOGO APÓS A GESTAÇÃO E/OU AMAMENTAÇÃO. **(0 PONTOS)**

D) NÃO. GANHEI POUCO OU NENHUM PESO NA PUBERDADE. EU PERDIA FACILMENTE COM DIETA E EXERCÍCIOS OU MANTIA MEU PESO ESTÁVEL. **(0 PONTOS)**

**6 DURANTE A MENOPAUSA, VOCÊ GANHOU PESO OU TEVE MUDANÇA NAS SUAS COXAS/PERNAS, QUADRIS, NÁDEGAS E/ OU BRAÇOS? (Desconsidere se você não passou pela menopausa)**

A) SIM, GANHEI BASTANTE PESO, E MINHAS COXA, PERNAS, QUADRIS, NÁDEGAS E/OU BRAÇOS CRESCERAM **(2 PONTOS)**

B) SIM, GANHEI PESO, E MINHAS COXAS/PERNAS, QUADRIS, NÁDEGAS E/OU BRAÇOS CRESCERAM UM POUCO **(1 PONTO)**

C) NÃO MUITO, GANHEI UM POUCO DE PESO, MAS FOI DISTRIBUÍDO IGUALMENTE NO MEU CORPO TODO OU NA MINHA BARRIGA. **(0 PONTOS)**

D) NÃO, NÃO GANHEI PESO. **(0 PONTOS)**



Dr Felipe Góis  
@dr.felipegois

# QUESTIONÁRIO

## DE RASTREAMENTO DE LIPEDEMA



### 7 SUAS PERNAS DOEM?

- A) SIM, MINHAS PERNAS SÃO MUITO SENSÍVEIS. SÃO DOLOROSAS OU SINTO QUEIMANDO MESMO QUANDO NÃO SÃO TOCADAS (3 PONTOS)
- B) SIM, MINHAS PERNAS SÃO DOLOROSAS E INCÔMODAS COM QUALQUER TOQUE. (2 PONTOS)
- C) ÀS VEZES, MINHAS PERNAS DOEM AO PRESSIONAR OU FICAR MUITO TEMPO EM PÉ. (1 PONTO)
- D) NÃO, MINHAS PERNAS NÃO DOEM. (0 PONTOS)

### 8 VOCÊ TEM INCHAÇO NAS PERNAS?

- A) SIM, MINHAS PERNAS PARECEM INCHADAS QUASE O TEMPO TODO. FICAM PIORES NO CALOR E QUANDO ÚMIDO, E O INCHAÇO NÃO MELHORA AO ELEVAR AS PERNAS. O INCHAÇO É IGUAL DOS DOIS LADOS. (2 PONTOS)
- B) SIM, MINHAS PERNAS FREQUENTEMENTE PARECEM INCHADAS, MAS ÀS VEZES MELHORAM COM ELEVAÇÃO. O INCHAÇO OCORRE DOS DOIS LADOS. (1 PONTO)
- C) NÃO. AS VEZES, INCHAM POUCO NO CALOR OU NO TEMPO ÚMIDO OU SOMENTE APÓS VIAGEM DE AVIÃO OU NO PERÍODO MENSTRUAL, MAS RAPIDAMENTE VOLTAM AO TAMANHO NORMAL. (0 PONTOS)
- D) NÃO, EU RARAMENTE SINTO INCHAÇO NAS PERNAS. (0 PONTOS)

### 9 SUAS PERNAS OU BRAÇOS FORMAM HEMATOMAS/ROXOS FACILMENTE?

- A) SIM, MINHAS PERNAS E BRAÇOS FORMAM HEMATOMAS MUITO FACILMENTE. EU NEM PERCEBO ONDE CONSIGO ELES. (2 PONTOS)
- B) SIM, MINHAS PERNAS E BRAÇOS FORMAM HEMATOMAS ÀS VEZES, COM UM CONTATO MÍNIMO. (1 PONTO)
- C) NÃO FORMAM HEMATOMAS FACILMENTE. (0 PONTOS)

# QUESTIONÁRIO

## DE RASTREAMENTO DE LIPEDEMA

---

### RESULTADO

SOME SUA PONTUAÇÃO NO QUESTIONÁRIO  
E VEJA QUAL A PROBABILIDADE DE VOCÊ SER PORTADORA DE LIPEDEMA

DE 0 A 4 PONTOS: 0 À 25% DE CHANCE DE TER LIPEDEMA  
DE 4 A 8 PONTOS: DE 25 À 50% DE CHANCE DE TER LIPEDEMA  
DE 8 A 12 PONTOS: DE 50 À 75% DE CHANCE DE TER LIPEDEMA  
ACIMA DE 12 PONTOS: DE 75 À 100% DE CHANCE DE TER LIPEDEMA

OBS: ESSE QUESTIONÁRIO FOI DESENVOLVIDO PARA O RASTREAMENTO DOS SINTOMAS E IDENTIFICAÇÃO PRELIMINAR DE POSSÍVEIS PACIENTES COM O LIPEDEMA, NÃO DEVE SER UTILIZADA PARA DIAGNÓSTICO DEFINITIVO.

#### REFERENCIA:

DEVELOPMENT OF A QUESTIONNAIRE AND SCREENING MODEL FOR LIPEDEMA ALEXANDRE CAMPOS MORAES AMATO<sup>1,2</sup>, FERNANDO CAMPOS MORAES AMATO<sup>2</sup>, DANIEL AUGUSTO BENITTI, LORENA GUIMARÃES LIMA AMATO<sup>2,4</sup> (JORNAL VASCULAR BRASILEIRO).

TEVE 8 OU MAIS PONTOS? ENTRE NO PROTOCOLO



**Dr Felipe Góis**  
@dr.felipegois