

SEGUNDA PARTE DEL SEMINARIO: "LO QUE TODOS SIEMPRE HAN QUERIDO SABER SOBRE LAS VÁRICES"

Las várices localizadas en las extremidades inferiores, no constituyen simplemente un problema estético, sino que también repercuten en la salud en general. Las várices además de ser molestas, antiestéticas y en muchos casos, dolorosas, estas manifestaciones si no se controlan en forma oportuna, pueden evolucionar en una patología vascular grave. Estructuralmente las várices expresan una dilatación patológica del sistema venoso superficial que indica problemas en el sistema circulatorio. Una vena varicosa, por otra parte, es algo inútil ya que ha dejado de cumplir su función: la sangre queda estancada en el vaso con la consiguiente dilatación. Es por ello, que la ciencia médica en los últimos años, ha buscado el mejor método para mejorar la circulación venosa, disminuir los efectos indeseables para la salud. En el presente seminario, continuamos explicando los pormenores de esta enfermedad.

“La herencia es clave: según un estudio, en el 65% de los varicosos existen antecedentes familiares” (9).

Las várices son muy comunes y pueden presentarse en los hombres y en las mujeres.

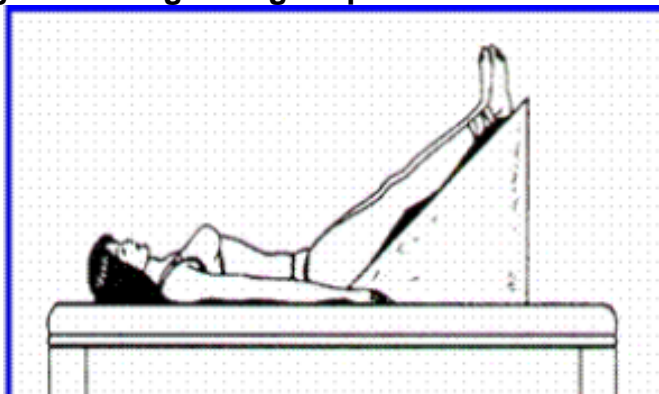


Las várices pueden causar mucho dolor y dar un aspecto desagradable.

¿Pueden romperse las várices?

1. Así es: “Esto puede deberse a un traumatismo o bien tratarse de un episodio espontáneo a raíz de que la pared de una vena varicosa se ha vuelto extremadamente delgada. Cuando sucede, provoca una hemorragia de sangre negra que corre sin borbotones, lo que la diferencia de la sangre arterial.

Si la hemorragia es importante, repercute sobre el estado general del paciente dando lugar, en ocasiones, a un cuadro de shock (Debe visitar inmediatamente a una posta sanitaria o centro de salud más próximo a su domicilio).

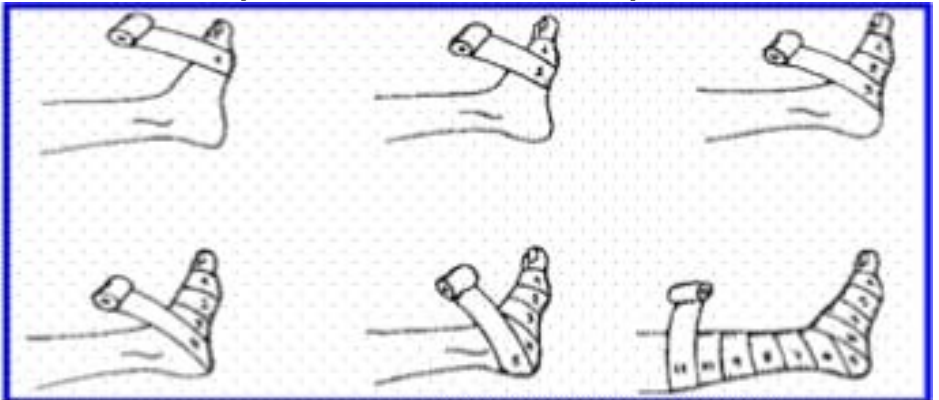


Si se manifiesta un traumatismo ó un episodio espontaneo de hemorragia varicosa, debe acostarse al enfermo(a) con las extremidades inferiores en alto y aplicar un vendaje compresivo sobre la misma herida

Esta hemorragia es insidiosa e indolora, sorprendiendo en ocasiones al paciente durante el reposo. El tratamiento consiste en acostar al enfermo con el miembro inferior afectado en alto y aplicar un vendaje compresivo sobre la misma herida. Nunca debe realizarse un torniquete, ya que el mismo es inútil y peligroso” (8).

¿Qué precauciones deben asumir todos los que sufren de várices tomar durante los viajes largos?

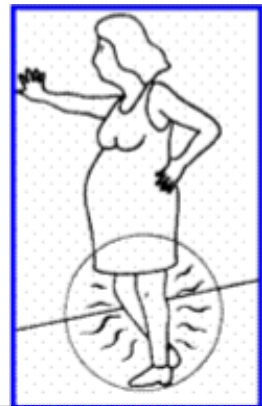
2. Se sabe que: “Cuando se viaja en automóvil, la posición sentada con las piernas dobladas durante muchas horas, perjudica la circulación. Por eso es conveniente hacer paradas regulares donde se harán caminatas que la activen. Aquellas personas con flebopatías importantes deberán usar medias o vendaje elástico. Las mismas indicaciones rigen para las travesías aéreas en que es conveniente caminar cada tanto por el pasillo central a fin de evitar inmobilizaciones prolongadas que entorpecen la circulación. Ver el grafico la forma de utilizar el vendaje” (8).



Método para ubicar el vendaje elástico en las extremidades inferiores

¿Es posible que las várices empeoren durante el embarazo?

3. Así es: “Constituye un factor importante en el desarrollo y agravación de las várices. Es pues imprescindible, para las mujeres predispuestas, el control regular por parte del flebólogo a fin de evitar complicaciones que, en ocasiones, pueden ser importantes. Por sobre todo debe evitarse el exceso de peso y es conveniente el uso de vendaje o medias elásticas desde los primeros meses de la gestación hasta después del parto, así como ejercicios adecuados para favorecer el retorno venoso. El realizar diariamente largas caminatas y el descansar elevando las dos piernas, actúan favorablemente sobre la circulación venosa” (8).



Várices como consecuencia del embarazo

¿Cómo afecta las várices a la población mundial?

4. Por cálculos estadísticos se sabe que: “Las várices afectan 1 de cada 2 personas mayores de 50 años. Son más comunes entre las mujeres que entre los hombres” (1).

Pero, ¿Por qué afecta esta patología menos a los varones y más a las mujeres?

5. Es evidente que: “La mujer padece mucho más que el hombre este tipo de trastornos porque influyen en ella factores hormonales. Las hormonas femeninas provocan una debilidad de la pared venosa que puede inducir a una mayor dilatación de la misma. En las gestaciones, además del aumento hormonal ya sabido, existe un efecto mecánico de presión del útero, que ha aumentado de tamaño, sobre las grandes venas que conducen todo el retorno venoso de las piernas al corazón. Esta circunstancia provoca el consiguiente sobreesfuerzo que se añade al exceso de peso soportado por las piernas durante el embarazo. También los preparados hormonales destinados al control ovulatorio en la edad fértil, o aquellos otros indicados para evitar la sintomatología propia de la menopausia colaboran en la aparición precoz de las varices” (6).

¿Quiénes tienen más probabilidades de desarrollar las várices?

6. Según: “Los estudios que se han realizados demuestran que las personas con obesidad tienen un 50% más de posibilidades de desarrollar la aparición de varices que las personas normales y, además, los obesos portadores de varices tienen el riesgo de presentar complicaciones tromboticas posquirúrgicas” (10).

En el desarrollo progresivo de las várices, ¿Qué se debe tomar en cuenta?

7. Dentro del estancamiento de la sangre en las extremidades inferiores hay que diferenciar dos tipos de enfermedad:



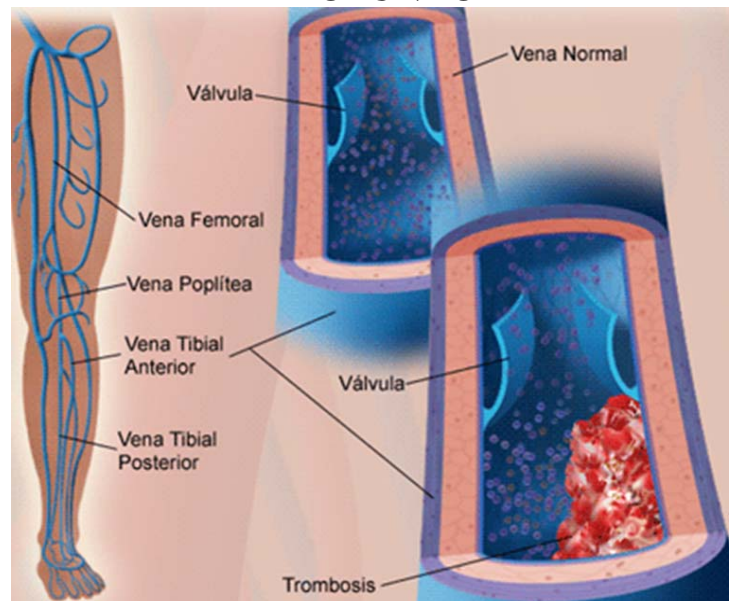
¡Cuidado con la obesidad...!!!

- 1) **VARICES ESENCIALES O PRIMARIAS.** “Dilataciones de las venas del sistema superficial, fácilmente reconocibles como cordones venosos más o menos gruesos que pueden verse y palparse bajo la piel. En esta afección el sistema profundo se encuentra indemne, y muchas veces los síntomas son escasos. Favorecen su aparición factores como obesidad, estreñimiento, sedentarismo, utilización de prendas que aprietan la raíz de las extremidades inferiores y la cintura (cinturones, ligas, fajas...), permanecer de pie o sentado durante horas seguidas, el embarazo, los anticonceptivos, la exposición al calor... También factores genéticos o hereditarios provocan varices, y si el sistema valvular es insuficiente se producen igualmente dilataciones venosas del sistema superficial, en las que la sangre se remansa y avanza con lentitud. Además de las grandes dilataciones pueden aparecer otras formas menores como varículas -pequeños filamentos venosos-, arañas o estrellas vasculares -varices reticulares, muy pequeñas- y telangectasias -dilataciones venosas que se vacían al hacer presión sobre ellas-. Por lo general, las varices dan pocos síntomas, las ulceraciones son raras y las complicaciones más frecuentes son hemorragia por golpes, rotura de la variz, tromboflebitis superficial en la que la vena aparece como un cordón enrojecido y doloroso a nivel de la dilatación venosa, y la úlcera varicosa” (3).

VARICES ESENCIALES O PRIMARIAS



INSUFICIENCIA VENOSA DEL SISTEMA PROFUNDO



- 2) **INSUFICIENCIA VENOSA DEL SISTEMA PROFUNDO.** “Las venas profundas se obstruyen y la sangre fluye hacia el sistema superficial. La causa suele ser una flebitis profunda, la denominada tromboflebitis, cuya incidencia se estima entre el 0,5 y el 1,6 por mil habitantes, de los cuales más del 50% corresponden al ámbito hospitalario. La prevalencia en la población adulta se estima entre el 6-8%. Traumatismos, inmovilizaciones prolongadas, intervenciones quirúrgicas y cateterismos, son los factores de riesgo más habituales. La trombosis venosa profunda es una afección importante, ya que es la primera causa de tromboembolismo pulmonar, afección grave. Hinchazón de extremidades -especialmente de rodilla para abajo-, hormigueo, sensación de picor y calambres, cansancio y dolor son los síntomas más habituales, que empeoran a lo largo del día, sobre todo si se ha estado quieta mucho tiempo. En un estado más avanzado aparece una pigmentación de color marrón, ocre, en las zonas más inferiores, especialmente alrededor de los tobillos, así como pequeñas dilataciones de las venas. La piel se puede volver brillante y fina, y si no hay tratamiento eficaz, la aparición de úlceras es habitual, localizándose en la cara interna de los tobillos” (3).

¿En qué otras zonas se pueden encontrar las várices?

8. Existen distintos tipos de varices, que varían según la zona en la que aparezcan. Las varices más comunes y más conocidas son las que aparecen en las extremidades inferiores (piernas). Pero también existen otros tipos de varices que pueden aparecer en el esófago, en el ano, recto y en los testículos.
- 1) Las varices esofágicas son un: “Conjunto de venas longitudinales y tortuosas situadas en el extremo inferior del esófago, agrandadas y tumefactas como consecuencia de la hipertensión portal” (11).
 - 2) “Las hemorroides (*Vena varicosa en la porción inferior del recto o del ano causada por la congestión de las venas del plexo hemorroidal*) son un tipo de venas varicosas” (1).
 - 3) Las várices en los testículos reciben varicocele, que es una: “Dilatación del plexo venoso

pampiniforme del cordón espermático. El varicocele forma una tumefacción blanda y elástica que puede producir dolor” (11-a).

- 4) Dentro de los diferentes tipos de várices en las extremidades inferiores podemos encontrar cuatro tipos:
- VÁRICES GRADO I. Arañas Vasculares:** muy pequeñas y ramificadas. Este es el tipo más común de várices que se observan en la mediana edad, particularmente en las piernas de las mujeres, y que habitualmente sólo aparecen esporádicamente. De colores que van en el rojizo hasta violeta, y que pueden ser tan extensas como en la fotografía, o ser pequeñas islas en alguna de las caras de la pierna o muslo. Rara vez dan alguna sintomatología, pues el extremo es una sensación de ardor local. Se forman por el debilitamiento de las paredes venosas, y por el aumento de presión dentro de las mismas. Cómo puede suceder esto, es común en personas que tienen más grasa de lo habitual, y que provocan una presión extra por el estiramiento de la piel. (Laser Multidiodo SLP).
 - VÁRICES GRADO II. Varices Reticulares:** varices de tamaño medio. Este otro tipo de várices aparecen precisamente en venas que han sido sometidas a grandes cargas de presión y obstaculización de su flujo. Se pueden diferenciar de las dilataciones o venas normales, en que las enfermas, tienen puntos asimétricos de dilatación, mientras que las normales son uniformemente constantes en su diámetro. Por ejemplo, las que se forman en los deportistas. En estas venas enfermas, las válvulas ya están dañadas en diversos grados y niveles, por eso la asimetría en las dilataciones. (Crioesclerosis).
 - VÁRICES GRADO III. Varices Tronculares:** varices de gran tamaño. Son las más visiblemente antiestéticas, y las que hombres (porque también los hombres padecen de várices) y mujeres pueden llegar a padecer, si estas no son tratadas a tiempo. Aparecen luego de mucho tiempo de tener varices grado dos, y que denotan un fallo extremo en las válvulas principales ó mayores del sistema venoso superficial ó comunicante. Las venas son sometidas a un reflujo y presiones extremas para llevar la sangre en contra de la gravedad, y la consecuencia a esperar es un estiramiento y aumento de su diámetro, llegando al punto de verse muy antiestético. (Tratamiento Quirúrgico).
 - VÁRICES GRADO IV. Probablemente la más temida (úlceras varicosas)** de las complicaciones vasculares venosas, pues provoca una incapacidad indefinida en la actividad normal de la persona que lo padece. Es común en las insuficiencias venosas crónicas (de largo tiempo de padecimiento), provocadas por simple rascado, un golpe y rayón casual. Estas se infectan y van aumentando su tamaño y profundidad por el bajo grado de oxígeno que llega a los tejidos, el estancamiento de la sangre por la no adecuada circulación venosa. Podemos agravarla con diabetes y problemas. (Tratamiento Quirúrgico).

Las várices en sus diferentes grados de evolución no controlada adecuadamente

VÁRICES GRADO I



VÁRICES GRADO II



VÁRICES GRADO III



VÁRICES GRADO IV



¿Es posible que cumpla una función fisiológica significativa las venas varicosas congestionadas?

9. De ninguna manera pues: “Cuando una vena es varicosa no sirve para nada porque no cumple su función de llevar sangre al corazón. Esa vena inutilizada se puede eliminar siempre que el sistema nervioso profundo sea capaz de suplirla completamente” (12).

¡NO SE PIERDA LA TERCERA PARTE DEL SEMINARIO: “LO QUE TODOS SIEMPRE HAN QUERIDO SABER SOBRE LAS VÁRICES”!