

Las Venas Varicosas

¿Qué son las venas varicosas?

Las venas varicosas son vasos sanguíneos anormales y dilatados causados por el debilitamiento de la pared de los vasos. Ellos podrían aparecer como racimos de venas azules o moradas y algunas veces están rodeados por capilares delgados y rojos conocidos como las venas de araña (grupo de pequeños vasos sanguíneos localizados cerca de la superficie de la piel).

Las venas varicosas y las venas de araña pueden aparecer en cualquier lugar del cuerpo pero aparecen con mayor frecuencia en las piernas y en el área pélvica. La mayoría de las venas varicosas se desarrollan cerca de la superficie de la piel. Las venas varicosas más profundas no pueden ser vistas pero podrían causar que la piel que se encuentra sobre ellas se hinche o se ponga más oscura o dura.

¿Cuáles son los síntomas de las venas varicosas?

Los síntomas usualmente aparecen antes de la edad de 40 años y podrían incluir:

- Hinchazón, racimos torcidos de venas azules y moradas
- Hinchazón de piernas
- Calambres de músculos, achaques o dolor en las piernas
- Dolor detrás de la rodilla
- Picazón alrededor de la vena
- Músculos de las piernas que se cansan fácilmente
- Discoloración marrón de la piel
- Ulceras

¿Quién tiene venas varicosas?

Casi el 50 por ciento de las mujeres entre los 40 y 50 años de edad tienen alguna forma de venas varicosas y, en comparación con los hombres, hasta cuatro veces más mujeres que hombres las tienen y se vuelven más prevalentes con la edad.

¿Qué causa las venas varicosas?

Las venas varicosas ocurren cuando las venas saludables se hinchan y causan que la sangre permanezca y se estanque en las venas. (Normalmente, la sangre fluye a través de la vena en dirección hacia el corazón.) Las venas varicosas se vuelven una nueva ruta para el flujo de sangre.

Se desconoce la causa exacta de las venas varicosas, aunque la herencia, el embarazo, la obesidad, y los cambios hormonales son factores contribuyentes para esta condición.

Estar de pie por períodos largos de tiempo y usar ropa interior y ropa apretada al cuerpo también podría resultar en venas varicosas y en venas de araña.

¿Cómo se diagnostican las venas varicosas?

Durante un examen físico, el doctor revisará tus piernas mientras te encuentres de pie. También podrías requerir que se te haga un escaneo Doppler, un examen de ultrasonido para chequear el flujo de sangre en las venas cerca de la superficie de la piel (llamadas superficiales) y venas profundas.

¿Debo de preocuparme?

No siempre las venas varicosas y las venas de araña requieren de tratamiento médico. Si las venas varicosas hacen que tu caminar o el estar de pie sean dolorosos, debes pedirle un consejo a tu doctor. También debes llamar a tu doctor si se desarrollan úlceras cerca o en las venas varicosas o si tus pies o tobillos se hinchan.

En algunos casos, las venas varicosas pueden ser dañinas para tu salud debido a que pueden ser asociadas con el desarrollo de:

- **Úlceras Venosas por estasis** –Estas son úlceras que resultan cuando las venas agrandadas no proveen suficiente drenaje de fluídos a la piel. Como resultado, la piel no recibe suficiente oxígeno y se podría formar una úlcera (llaga en la piel.)
- **Flebitis** – Esta es una inflamación de la vena.
- **Trombosis** – Esto es el desarrollo de coágulos sanguíneos que se forman en las venas dilatadas.

¿Cómo se tratan las venas varicosas?

El hacer ejercicio regularmente, ponerse de pie solo cuando es necesario y elevar tus piernas mientras estás sentado o durmiendo podría prevenir que tus venas varicosas y venas de araña empeoren. Usar calcetines especiales de soporte elástico durante las actividades diarias también pueden proveer extra soporte y aliviar los achaques y el dolor en las piernas. Cuando necesitas estar de pie por períodos largos de tiempo, toma frecuentes descansos para sentarte y elevar tus pies.

Dependiendo del tamaño y la ubicación, las venas varicosas y las venas de araña pueden ser tratadas con cirugía, inyecciones (escleroterapia), o cirugía láser.

¿Qué es escleroterapia?

La escleroterapia es una opción de tratamiento no quirúrgico que involucra la inyección de una solución química en las venas para hacerlas colapsar. Debido a que las venas ya no pueden llevar sangre, eventualmente desaparecerán. El trabajo de transportar la sangre es cambiado a otros vasos sanguíneos saludables cercanos, mejorando la circulación.

La escleroterapia requiere sesiones múltiples debido a que usualmente se requiere de una a tres inyecciones para tratar cualquier vena efectivamente. En una sesión se pueden tratar de diez a cuarenta venas. La misma área no debe ser inyectada de cuatro a seis

semanas para permitir la curación completa, aunque otras áreas pueden ser tratadas durante este tiempo.

La única incomodidad durante la escleroterapia es la sensación de pequeños pinchazos de agujas. De dos a cuatro semanas después del tratamiento, usarás calcetines de soporte de grado médico. El caminar y hacer ejercicio moderado también puede ayudar a acelerar la recuperación. Entre las reacciones temporales al tratamiento se podrían incluir la leve hinchazón de la pierna o el pie, una contusión de menor importancia, picazón, enrojecimiento o un dolor leve. Las complicaciones raras incluyen la telangiectasia (nuevos y pequeños vasos sanguíneos), ulceraciones en la piel y pigmentaciones marrones alrededor de los vasos tratados.

Una vez tratadas, las venas desaparecen a lo largo de seis meses y no vuelven a repetirse. Sin embargo, el tratamiento de la escleroterapia no puede detener el desarrollo de nuevas venas varicosas o venas arañas.

¿Cuáles son algunas otras opciones de tratamiento para las venas dilatadas?

- **Photoderm** – Luz intensa y pulsada que puede ser usada para tratar pequeñas venas araña, ciertos tamaños de venas varicosas y marcas de nacimiento vasculares. Este tratamiento podría ser recomendado cuando la escleroterapia o la terapia de láser no ha tratado efectivamente las venas dilatadas. Para tratar el área apropiadamente podrían ser requeridos de uno a seis tratamientos.
- **Terapia Láser** – Mayormente efectivo para los pequeños vasos sanguíneos del rostro y las piernas, la terapia láser calienta los vasos sanguíneos y los destruye.
- **Ligación quirúrgica/extracción** – Las venas varicosas severas podrían requerir un procedimiento quirúrgico en el cual las venas dilatadas son extraídas o atadas a través de una pequeña incisión en la piel. La cirugía es realizada en el hospital por un cirujano vascular.
- **VNUS catéter** – Esta es una nueva técnica que usa un aparato de radiofrecuencia llevado por un catéter a la válvula de la vena incompetente (agujereada) para sellar la vena varicosa.

¿De qué manera puedo prevenir las venas varicosas y las venas arañas?

- Evita usar fajas, medias nylon con control, ligas y otra vestimenta ceñida al cuerpo
- Evita cruzar las piernas mientras estás sentado
- Evita estar sentado o de pie y en una sola posición por un largo período de tiempo
- Haz ejercicio regularmente para incrementar la circulación
- Baja de peso si tienes sobre peso
- Siéntate o échate y levanta tus piernas por lo menos dos veces al día por 30 minutos cada vez

¿Dónde puedo conseguir más información?

En el Centro de Informaciones del National Heart, Lung and Blood Institute

P.O. Box 30105

Bethesda, MD 20824-0105

1-800-575-WELL: Información grabada las 24 horas del día

Fax: 301-251-1223

Solicita *información acerca de las venas varicosas*.

www.nhlbi.nih.gov

American Society for Dermatologic Surgery

930 N. Meacham Road

Schaumburg, IL 60173-6016

(847) 330-9830

1-800-441-2737

www.asds-net.org

Esta información proviene de la Cleveland Clinic y no es su intención reemplazar el consejo de su médico o proveedor de servicios de salud. Por favor consulte a su proveedor de salud par información acerca de una condición médica específica. ©The Cleveland Clinic 1995-2006.

Index # S4722