

LA SALUD VENOSA, UN FACTOR DETERMINANTE EN LA PREVENCIÓN DE LAS VARICES

- **Las técnicas actuales permiten tratar la insuficiencia venosa de forma ambulatoria y con una rápida recuperación.**

El cuidado de la salud venosa es fundamental para prevenir la aparición y progresión de las varices en las piernas, una patología vascular muy frecuente que puede generar síntomas como pesadez, dolor, hinchazón o cansancio en las extremidades inferiores. Cuando el sistema venoso no funciona de manera adecuada, la sangre tiende a acumularse en las venas, favoreciendo su dilatación y la aparición de varices. En estos casos, la valoración por parte del especialista en angiología y cirugía vascular permite determinar el abordaje terapéutico más adecuado en función del tipo, el calibre y la localización de las varices, así como de la situación clínica de cada paciente. En la actualidad, existen técnicas eficaces que permiten tratar la insuficiencia venosa de forma ambulatoria y con una rápida recuperación.



Entre las opciones disponibles, la escleroterapia se ha consolidado como una de las técnicas más utilizadas por su eficacia y su carácter mínimamente invasivo. Este procedimiento consiste en la inyección de una medicación directamente en el interior de la vena afectada, provocando una reacción controlada que favorece su cierre progresivo y posterior reabsorción.

“Se trata de un procedimiento que se realiza en consulta, sin necesidad de hospitalización, y que permite al paciente retomar su actividad habitual de forma casi inmediata, siguiendo unas sencillas recomendaciones médicas”, explica el Dr. Francisco Javier de Abajo Fernández, responsable del Área de Flebología del Servicio de Angiología y Cirugía Vascular del Hospital Ruber Internacional y de Ruber Internacional Centro Médico Habana. Según el especialista, el tratamiento se lleva a cabo en varias sesiones, generalmente semanales, y tras cada una de ellas el paciente puede continuar con su vida cotidiana. La técnica se adapta al tipo de variz mediante dos modalidades principales: escleroterapia líquida y escleroterapia con espuma. “La escleroterapia líquida se utiliza sobre todo para tratar vasos muy finos, como las telangiectasias o venas reticulares, conocidas popularmente como arañas vasculares, que aunque suelen tener un componente estético, también forman parte de la enfermedad venosa”, señala el Dr. de Abajo. Tras cada sesión, se recomienda el uso de una media elástica de compresión durante tres días, así como caminar al menos 15 minutos inmediatamente después del tratamiento. Pasado este periodo, el paciente puede retirar la media en su domicilio y comenzar la aplicación de cremas para favorecer la reabsorción de pequeños hematomas. Por su parte, la escleroterapia con espuma está indicada para varices de mayor calibre, con frecuencia varices residuales tras una cirugía previa, aunque también puede emplearse en determinados casos de malformaciones venosas. “La espuma, que se prepara mediante la técnica de Tessari, permite un mayor contacto del fármaco con la pared venosa, lo que incrementa su eficacia”, explica el especialista.

Tratamiento compatible con la vida diaria

En el caso de la escleroterapia con espuma, es fundamental el uso continuado de un soporte elástico durante aproximadamente una semana para asegurar el cierre adecuado de las venas tratadas. Asimismo, se recomienda caminar durante una hora tras cada sesión. “Es un tratamiento compatible con la vida normal, aunque es muy importante no retirar la media durante ese periodo para optimizar los resultados”, subraya el Dr. de Abajo. Gracias a estas técnicas, la escleroterapia se consolida como una opción segura y eficaz dentro del abordaje médico de las varices, contribuyendo a mejorar la salud venosa, la calidad de vida y el bienestar de los pacientes.