



Varices,

MUCHO MÁS QUE UNA CUESTIÓN ESTÉTICA

El doctor Pablo Gallo, jefe de Angiología y Cirugía Vascular del Hospital Ruber Internacional, explica por qué la insuficiencia venosa crónica debe diagnosticarse y tratarse a tiempo



Las varices suelen asociarse a un problema estético, especialmente entre las mujeres. Sin embargo, detrás de esas venas dilatadas que aparecen en las piernas puede esconderse una enfermedad circulatoria que conviene vigilar: la **insuficiencia venosa crónica**.

Se trata de una patología muy frecuente que afecta a una parte importante de la población adulta y que, aunque es más habitual en mujeres, también puede aparecer en hombres.

«Las varices son consecuencia de un mal funcionamiento del sistema venoso de las piernas. Cuando las válvulas de las venas no trabajan correctamente, la sangre se acumula y provoca la dilatación de las venas», explica el **doctor Pablo Gallo González**, jefe de la Unidad de Angiología y Cirugía Vascular del **Hospital Ruber Internacional**.

Síntomas que muchas mujeres reconocen. En sus fases iniciales, las varices pueden parecer solo un problema visual, pero con el tiempo suelen aparecer molestias que afectan al bienestar diario.

Entre los síntomas más habituales están la sensación de pesadez en las piernas, el dolor, los calambres, el hormigueo o la hinchazón en tobillos y pantorrillas.

«Estas molestias suelen intensificar-

se después de pasar muchas horas de pie o sentadas y también durante los meses de más calor», explica el doctor Gallo.

Además, en fases más avanzadas pueden aparecer cambios en la piel o pigmentaciones oscuras alrededor del tobillo.

Cuando pueden aparecer complicaciones. Si la insuficiencia venosa crónica no se diagnostica ni se trata a tiempo, puede evolucionar y provocar complicaciones más serias.

Entre ellas se encuentran las **úlceras venosas**, heridas crónicas en la piel que pueden tardar mucho en cicatrizar, o la **varicorragia**, que es el sangrado de una vena varicosa debido a la fragilidad de estas venas.

Otra complicación relativamente frecuente es la **tromboflebitis**, una inflamación dolorosa de la vena afectada.

«Por eso es importante consultar con un especialista cuando aparecen síntomas o las varices comienzan a progresar», señala

el especialista del **Hospital Ruber Internacional**.

No siempre el problema está solo en las piernas. En algunos casos, especialmente en mujeres, el origen de las varices puede encontrarse en la pelvis, en un trastorno conocido como insuficiencia venosa pélvica antes llamado **síndrome de congestión pélvica**.

«Debemos sospecharlo cuando aparecen varices repetidamente a pesar de haber recibido tratamientos en las piernas, cuando existen varices genitales o cuando se acompañan de pesadez o dolor pélvico crónico», explica el doctor Pablo Gallo.

Tratamientos cada vez menos invasivos. Una vez diagnosticado el problema, el tratamiento se adapta a cada caso. En fases iniciales puede ser conservador, con medidas como el uso de medias de compresión, medicación o cambios en el estilo de vida.

Cuando las varices

están más desarrolladas, existen opciones quirúrgicas. Sin embargo, la cirugía tradicional ha sido sustituida en gran medida por **técnicas endovasculares mínimamente invasivas**, como la radiofrecuencia o el láser entre otros.

«Estas técnicas permiten tratar las varices desde el interior de la vena, sin incisiones y bajo anestesia local. Se realizan de forma ambulatoria y la recuperación es muy rápida», explica el doctor Gallo.

En los casos de varices pélvicas también existen tratamientos mínimamente invasivos sin realizar heridas.

Además de resolver el problema circulatorio, en algunos casos el tratamiento puede complementarse con **escleroterapia**, una técnica que permite eliminar pequeñas varices con excelentes resultados estéticos.

Cuidar la salud venosa. Aunque la predisposición genética o los cambios hormonales influyen en la aparición de varices, algunos hábitos pueden ayudar a prevenirlas o retrasar su progresión.

Mantenerse activa, evitar largos periodos de sedentarismo, cuidar el peso y seguir una alimentación equilibrada son medidas que favorecen la salud venosa.

«La prevención y el diagnóstico precoz son fundamentales para evitar complicaciones y mejorar la calidad de vida de los pacientes», concluye el doctor Pablo Gallo, del **Hospital Ruber Internacional**.

