



AMPLIAR

Foto

Clarín. Pienas

18.11.2011 | BELLEZA & SALUD

Mostrar las piernas: objetivo posible

Es un problema para las que tienen várices y arañitas. Cuáles son los síntomas y cómo tratarlas.

Mónica Soraci
msoraci@clarin.com

1

Twitter 3

0

Me gusta 21

Compartir

Llegó la época de mostrar las piernas. Este verano las faldas dejan asomar las rodillas y un poco más también. Motivo más que suficiente para que luzcan impecables, sin esos problemas indeseables que muchas mujeres padecen en el año. Las llamadas arañitas (telangiectasias), aunque no impliquen riesgo para la salud, son muy habituales. Pero las várices, además de antiestéticas, pueden provocar serios problemas, si no se tratan. "Suelen confundirse arañitas con várices, pero la diferencia es muy importante -dice el doctor Alejandro Alday, flebólogo del Hospital Zubizarreta, director del Centro Juárez-Alday-. Mientras las arañitas no ocasionan problemas, las várices pueden producir situaciones más complejas debido al mayor tamaño y caudal de sangre que transportan".

¿Qué son las arañitas?

"Son dilataciones de pequeños vasos rojos o azules, de acuerdo a la profundidad donde se encuentren.

Pueden tener diferentes tamaños y suelen ser asintomáticas -aclara el doctor Fernando Felice, director del Centro Médico Vesalio-. El tratamiento no

NOTAS RELACIONADAS



Várices: todo lo que siempre quisiste saber



Viví una vida... ¡Sin celulitis!



Várices y arañitas: ¿sólo un problema estético?



Depilación láser: ¿tiene algún efecto en la piel?



Cómo tener las piernas más sexys del mundo

Más

sólo debe apuntar a la solución estética, sino a determinar su origen para decidir el método más apropiado”.

¿Qué son las várices?

“Son dilataciones venosas con la incapacidad de establecer un retorno sanguíneo eficaz hacia el corazón (insuficiencia venosa). Aparecen habitualmente en las piernas -dice la dermatóloga Laura Mijelshon, docente de la Universidad de Buenos Aires-. Las várices se forman cuando las válvulas venosas no cierran bien o aumenta la presión sanguínea. Y empiezan a dilatarse cuando la sangre se acumula en las venas.

¿Por qué aparecen?

“Las várices son hereditarias, pero también influye el embarazo y la obesidad”, explica el doctor Sergio Garbarz, director de la Fundación Flebológica Argentina. También aparecen por “sedentarismo, trabajos prolongados de pie y el uso de anticonceptivos, porque éstos provocan retención de líquidos”.

¿Hay distintas fases?

“Sí. Se llama estadio I cuando el sistema venoso superficial se dilata progresivamente, sin evidenciarse, eso varía según los factores predisponentes. En el estadio II, las várices hasta ahora asintomáticas empiezan a provocar molestias -enumera Alday-. En el estadio III, se evidencia el fracaso de los mecanismos de regulación del drenaje venoso. Cambia el color de la piel, volviéndose verdusco por la hemosiderina (exceso de hierro); inflamación y sufrimiento del tejido subcutáneo. Y el último estadio es la consecuencia de las alteraciones anteriores, provocando ulceraciones dolorosas”.

¿Cuáles son los síntomas?

Las várices provocan cansancio y pesadez al estar de pie por mucho tiempo. Aunque ambos síntomas se alivian con caminata y elevación de las piernas. También aparece dolor en las pantorrillas y en el tobillo. Los calambres son frecuentes, sobre todo a la noche y en los gemelos. Suelen ser tan fuertes que obligan a la persona a levantarse de la cama y caminar. También puede aparecer picazón, en general en el tobillo y el dorso del pie, por ser zonas con mayor cantidad de venas. Hay que evitar el rascado porque puede generar sobreinfección y eczemas.

La aparición de un edema (acumulación de líquido) es el signo de mayor importancia ya que muestra que fracasaron los mecanismos de drenaje venoso. En un principio, el síntoma se alivia elevando las piernas, después se hace crónico y no responde al tratamiento postural.

Si las várices aparecen durante el embarazo, hay que usar medias de compresión, productos tópicos y realizar drenaje linfático.

En todos los casos, si no se resuelve el problema a tiempo, pueden aparecer síntomas más graves: trombosis, úlcera, insuficiencia venosa crónica con dermatopatías, infecciones y endurecimiento de los tejidos blandos.

¿Qué hay que evitar?

“No exponer las piernas a altas temperaturas, evitar los traumatismos, el exceso de peso y estar muchas horas de pie -dice Mijelshon-. Y se debe reducir el uso de sal, tabaco y el sedentarismo”.

¿Son largos los tratamientos?

“Eso depende de la gravedad de la afección, pero se pueden diseñar tratamientos intensivos que mejoran la afección en pocas sesiones -aclara Alday-. Cada caso debe ser evaluado por un especialista para indicar el tratamiento”.

¿Se curan las várices?

“Como es una patología crónica, sólo se pueden tratar las venas enfermas actuales, lo que no se puede evitar es que se enfermen otras en el futuro -asegura Garbarz-. Aunque con controles periódicos, el tratamiento correcto y la prevención, se evitará el agravamiento de la enfermedad”.

Tratamientos

-Láser Nd YAG. “Se trata de un tratamiento no invasivo, de alta tecnología. Es indoloro, sin punciones, y se aplica con un enfriador. Así, se evitan las inyecciones que puede provocar hematomas y dolor. El láser coagula selectivamente por calor la zona, sin dañar la piel y otros tejidos”. Se aconsejan 4 sesiones para arañitas y para várices. Precio: U\$S220 por sesión, en efectivo (www.pielyestetica.com).

-Tratamiento esclerosante con microespuma. Es una técnica ambulatoria. Se aplica una inyección con una fórmula líquida o en espuma en la zona. Se usa para el tratamiento de arañitas y pequeñas varicosidades, no para várices de gran tamaño. Precio: Desde \$200 la sesión (www.juarezalday.com.ar).

-Láser Mydon. Es un equipamiento de última generación que promete eliminar arañitas y várices en pocas sesiones y sin dolor. Consultar precio (www.centrosbys.com).

Secciones

[Moda](#)

[Vida Sana](#)

[Hogar y Familia](#)

[Trabajo](#)

[Tech y Web](#)

[Belleza](#)

[Entretenimientos](#)

[Pareja y Sexo](#)

[Género](#)

[Vidrieras](#)

Acercas de Entremujeres

[¿Qué es?](#)

[¿Quiénes lo hacemos?](#)

[Publicidad](#)

[Términos y Condiciones](#)

[Contacto](#)

[Mapa del Sitio](#)

Sitios amigos

[Clarín.com](#)

[BienCasero.com](#)

[Deautos.com](#)

[Argenprop.com](#)

[Empleos.clarin.com](#)

[Ole.com.ar](#)