

Várices

Las várices son venas inflamadas y retorcidas que se pueden ver bajo la superficie de la piel. Por lo general aparecen en las piernas, pero también pueden formarse en otras partes del cuerpo.

Las várices son muy comunes. Normalmente causan pocos signos y síntomas. A veces causan dolor cuya intensidad varía entre leve y moderada, coágulos de sangre, úlceras (llagas) de la piel y otros problemas.

Revisión general

Las venas son vasos sanguíneos que transportan sangre de los tejidos del cuerpo al corazón. El corazón bombea la sangre a los pulmones para recoger oxígeno. Luego, la sangre rica en oxígeno se bombea por todo el cuerpo a través de vasos sanguíneos llamados arterias.

De las arterias, la sangre pasa a unos vasos sanguíneos diminutos llamados capilares, desde donde entrega el oxígeno a los tejidos del cuerpo. Luego la sangre regresa al corazón por las venas para recoger más oxígeno. Si desea más información acerca de cómo circula la sangre, los Temas de salud del Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre (NHLBI) contienen un artículo sobre el tema, llamado "[How the Heart Works](#)" (solamente en inglés).

Las venas tienen unas válvulas que funcionan en un solo sentido y hacen que la sangre circule hacia el corazón. Si las válvulas se debilitan o lesionan, la sangre puede devolverse y acumularse en las venas. Esto hace que las venas se hinchen, lo cual puede causar várices.

Muchos factores pueden aumentar el riesgo de tener várices, entre ellos, los antecedentes familiares, la edad avanzada, el género, el embarazo, [el sobrepeso o la obesidad](#) y la falta de movimiento.

Las várices se tratan con cambios en el estilo de vida y procedimientos médicos. Los objetivos del tratamiento son aliviar los síntomas, prevenir las complicaciones y mejorar el aspecto físico.

Perspectivas

Por lo general, las várices no causan problemas médicos. Si lo hacen, el médico puede simplemente recomendar cambios en el estilo de vida.

A veces las várices causan dolor, coágulos de sangre, úlceras de la piel y otros problemas. Si esto sucede, el médico puede recomendar uno o más procedimientos. Algunas personas deciden someterse a estos procedimientos para mejorar el aspecto de las várices o para aliviar el dolor.

Muchos tratamientos para las várices son rápidos y fáciles, y no requieren una recuperación larga.

Várices - Problemas de las venas relacionados con las várices

Muchos problemas de las venas tienen relación con las várices, entre ellos las telangiectasias, las arañas vasculares y los varicoceles.

Telangiectasias

Las telangiectasias son pequeños racimos de vasos sanguíneos. Por lo general se encuentran en la parte superior del cuerpo, incluso en la cara.

Estos vasos sanguíneos son de color rojo. Pueden formarse durante el embarazo y a menudo se presentan en personas que tienen ciertos trastornos genéticos, infecciones por virus u otros problemas de salud, como enfermedades del hígado.

Como las telangiectasias pueden indicar un problema más grave, usted debe ir al médico si cree que las tiene.

Arañas vasculares

Las arañas vasculares son una versión más pequeña de las várices y un tipo menos grave de telangiectasia. Afectan los capilares, que son los vasos sanguíneos más pequeños del cuerpo.

A menudo se presentan en las piernas y la cara. Se parecen a una telaraña o a una rama de árbol, y pueden ser de color rojo o azul. Por lo general, no son motivo de preocupación en términos de salud.

Varicoceles

Los varicoceles son várices del escroto, que es la piel que cubre los testículos. Pueden asociarse con esterilidad. Si usted cree que tiene varicoceles, vaya al médico.

Otros problemas de las venas relacionados con las várices

Otros tipos de várices son los lagos venosos, las venas reticulares y las hemorroides. Los lagos venosos son várices que aparecen en la cara y el cuello. Las venas reticulares son venas aplanadas de color azul que a menudo aparecen en la parte posterior de las rodillas. Las hemorroides son várices que se encuentran dentro del ano y alrededor de éste.

Várices - ¿Cuáles son las causas de las várices?

Las várices se deben a la presencia de válvulas débiles o lesionadas en las venas. Después de que las arterias y los capilares llevan sangre rica en oxígeno a todo el cuerpo, las venas devuelven la sangre al corazón. Las venas de las piernas tienen que vencer la fuerza de gravedad para hacerlo.

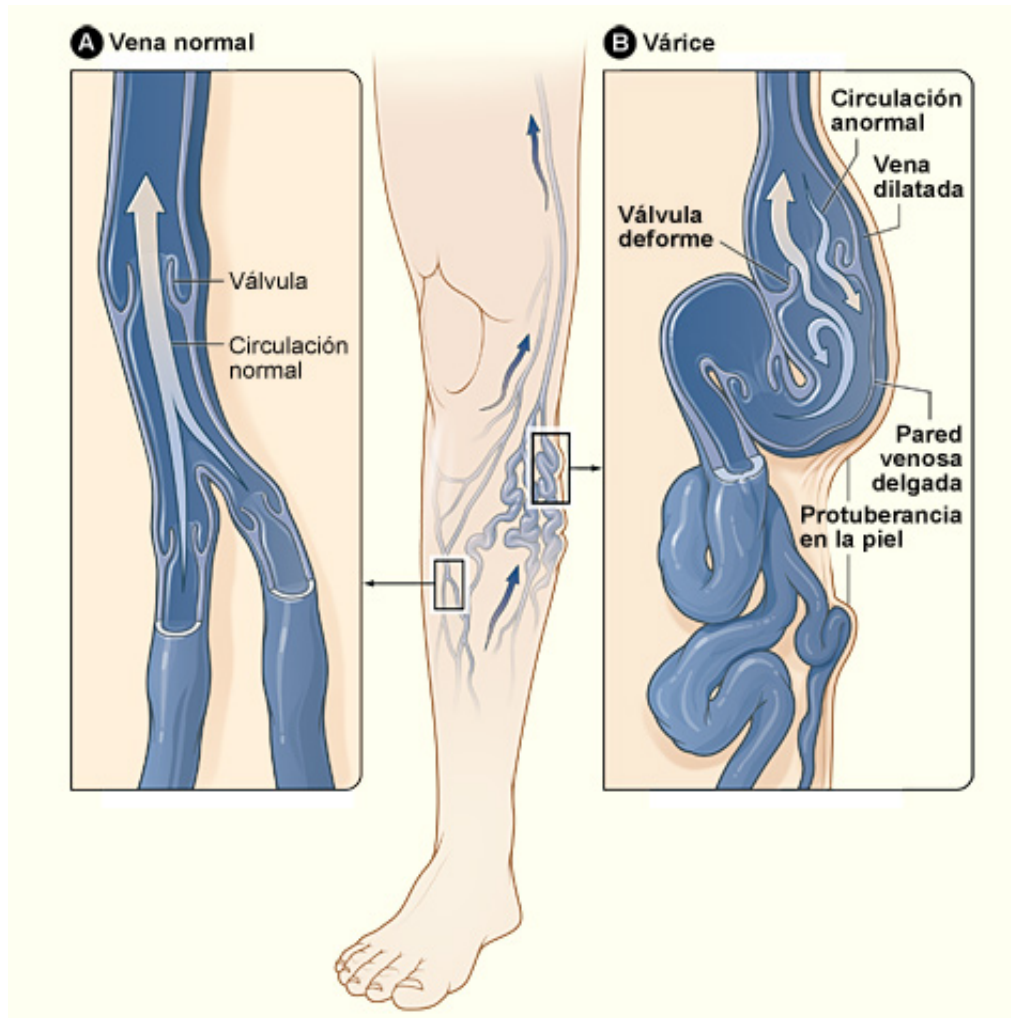
Dentro de las venas hay válvulas que funcionan en una sola dirección. Estas válvulas se abren para dejar pasar la sangre y luego se cierran para impedir que se devuelva. Si las válvulas se debilitan o lesionan, la sangre puede devolverse y acumularse en las venas. Si esto sucede, las venas se hinchan.

La debilidad de las paredes de las venas puede causar debilidad de las válvulas. En condiciones normales, las paredes de las venas son elásticas. Si se debilitan, pierden su elasticidad normal. Se vuelven como una banda de goma gastada por el uso. Entonces se alargan y ensanchan; al hacerlo, las hojas de las válvulas se separan.

Si las hojas se separan, la sangre puede devolverse a través de las válvulas. Esta sangre llena las

venas y dilata las paredes aún más. Las venas se agrandan, se hinchan y a menudo se retuercen para caber en el espacio normal que les corresponde. Estas venas se llaman várices.

Vena normal y várice



La figura A muestra una vena normal con una válvula que funciona bien y una circulación normal. La figura B muestra una vena con várices con una válvula deformada, una circulación anormal y unas paredes delgadas y estiradas. La ilustración de la mitad muestra dónde podrían aparecer várices en la pierna.

La edad avanzada o los antecedentes de várices en la familia pueden elevar su riesgo de tener paredes venosas débiles. También puede correr más riesgo si sus venas tienen que soportar más presión debido [al sobrepeso, a la obesidad](#) o al embarazo.

Várices - ¿Quiénes corren el riesgo de tener várices?

Muchos factores pueden elevar el riesgo de tener várices, entre ellos los antecedentes familiares, la edad avanzada, el género, el embarazo, el [sobrepeso o la obesidad](#) y la falta de movimiento.

Antecedentes familiares

Si en su familia hay personas con várices, usted puede correr más riesgo de tenerlas. Cerca de la mitad de las personas con várices tienen antecedentes familiares de este problema de salud.

Edad avanzada

Al envejecer usted puede correr más riesgo de tener várices. El deterioro normal de la edad puede hacer que las válvulas de las venas se debiliten y no funcionen bien.

Género

Las várices son más frecuentes en las mujeres que en los hombres. Los cambios hormonales que suceden con la pubertad, el embarazo y la menopausia (o con el uso de píldoras anticonceptivas) pueden elevar el riesgo de várices en una mujer.

Embarazo

Durante el embarazo, el feto que está creciendo ejerce presión sobre las venas de las piernas de la madre. Las várices que aparecen durante el embarazo mejoran por lo general entre 3 y 12 meses después del parto.

El sobrepeso o la obesidad

El [sobrepeso o la obesidad](#) pueden ejercer presión adicional en las venas. Esto puede dar origen a várices. Si desea más información sobre el sobrepeso y la obesidad, consulte el artículo "[Sobrepeso y obesidad](#)" de los Temas de salud.

Falta de movimiento

Estar de pie o sentado por mucho tiempo, especialmente con las piernas dobladas o cruzadas, puede aumentar el riesgo de presentar várices. Al estar en la misma posición por mucho tiempo, las venas se ven forzadas a trabajar más para impulsar la sangre hacia el corazón.

Várices - ¿Cuáles son los signos y síntomas de las várices?

Los signos y síntomas de las várices comprenden:

- Venas grandes que se pueden ver bajo la superficie de la piel.
- Hinchazón leve de los tobillos y los pies.
- Dolor o pesadez en las piernas.
- Punzadas o calambres en las piernas.
- Picazón en las piernas, especialmente en la parte inferior y los tobillos. A veces este síntoma se diagnostica incorrectamente como sequedad de la piel.
- Cambio de color de la zona en la que se encuentra la várice.

Los signos de las telangiectasias consisten en racimos de venas rojas que se ven bajo la superficie de la piel. Estos racimos se encuentran por lo general en la parte superior del cuerpo, incluso en la cara. Los signos de las arañas vasculares son venas rojas o azules en forma de telaraña o de rama de árbol. A menudo aparecen en las piernas y la cara.

Usted debe ir al médico si tiene estos signos y síntomas, ya que también podrían indicar otras

enfermedades más graves.

Complicaciones de las várices

Las várices pueden causar dermatitis, que es una erupción cutánea con picazón. Si usted tiene várices en las piernas, la dermatitis puede afectar la parte inferior de la pierna o el tobillo. La dermatitis puede causar sangrado o formación de úlceras (llagas) si la piel se irrita o si se usted se rasca.

Las várices también pueden causar un problema llamado tromboflebitis superficial. La tromboflebitis es la formación de un coágulo de sangre en una vena. Se llama tromboflebitis superficial cuando el coágulo se forma en una vena cercana a la superficie de la piel. Este tipo de coágulo puede causar dolor y otros problemas en la zona afectada.

Várices - ¿Cómo se diagnostican las várices?

A menudo las várices se diagnostican simplemente con un examen médico. A veces se realizan pruebas o procedimientos para determinar la extensión del problema y para descartar otras afecciones.

Especialistas

Si usted tiene várices, es posible que tenga que ir a un especialista en medicina vascular o a un cirujano vascular. Estos médicos se especializan en las afecciones de los vasos sanguíneos. También es posible que tenga que ir a un dermatólogo, que es un médico especialista en enfermedades de la piel.

Examen médico

Para ver si tiene várices en las piernas, el médico le examinará las piernas mientras usted está de pie o sentado con las piernas colgando en el aire. El médico puede preguntarle acerca de sus signos o síntomas, entre ellos el dolor.

Pruebas y procedimientos diagnósticos

Ecografía Doppler

El médico puede recomendar que usted se haga una ecografía Doppler para examinar la circulación de las venas y buscar la presencia de coágulos. En la ecografía Doppler se usan ondas sonoras para obtener imágenes de las estructuras del cuerpo.

Durante la prueba se le pondrá sobre el cuerpo un dispositivo manual que se pasará una y otra vez sobre la zona afectada. El dispositivo envía y recibe ondas sonoras. Una computadora convierte las ondas sonoras en una imagen de la circulación de las arterias y las venas.

Angiografía

Es posible que el médico le ordene una angiografía para observar con más detalle cómo circula la sangre por sus venas. Para este procedimiento se inyecta un medio de contraste en las venas. El

medio de contraste resalta las venas en las imágenes radiográficas.

La angiografía le puede servir al médico para confirmar si usted tiene várices o si se trata de otro problema de salud.

Várices - ¿Cómo se tratan las várices?

Las várices se tratan con cambios en el estilo de vida y procedimientos médicos. Los objetivos del tratamiento son aliviar los síntomas, prevenir las complicaciones y mejorar el aspecto físico.

Si las várices causan pocos síntomas, el médico puede simplemente recomendar cambios en el estilo de vida. Si los síntomas son más graves, puede recomendarle uno o más procedimientos médicos. Por ejemplo, usted puede necesitar un procedimiento médico si tiene mucho dolor, coágulos de sangre o problemas de la piel causados por las várices.

Algunas personas que tienen várices deciden someterse a procedimientos para mejorar el aspecto de sus venas.

Aunque el tratamiento puede servir para las várices existentes, no impide que se formen nuevas várices.

Cambios en el estilo de vida

A menudo el primer tratamiento para las várices consiste en cambios en el estilo de vida. Estos cambios pueden evitar que las várices empeoren, disminuir el dolor y retrasar la formación de más várices. Entre ellos están:

- Evitar permanecer de pie o sentado por mucho tiempo sin descansar. Cuando esté sentado, evite cruzar las piernas. Mantenga las piernas elevadas cuando esté sentado, descansando o durmiendo. Cuando pueda, eleve las piernas por arriba de la altura del corazón.
- Realice actividades físicas para poner en movimiento las piernas y mejorar el tono muscular. Esto le ayuda a la sangre a circular por las venas.
- Trate de adelgazar si tiene [sobrepeso o es obeso](#). Así su circulación mejorará y la presión que sus venas tienen que soportar disminuirá.
- Evite la ropa apretada, especialmente las prendas ajustadas en la cintura, la parte superior de los muslos y las piernas. La ropa apretada puede empeorar las várices.
- Evite usar tacones altos por períodos largos. Los zapatos de tacones más bajos pueden servir para tonificar los músculos de la pantorrilla. Los músculos tonificados le ayudan a la sangre a circular mejor por las venas.

El médico puede recomendarle que use medias de compresión. Estas medias hacen presión suave en sentido ascendente por la pierna. Esta presión evita que la sangre se acumule y disminuye la hinchazón de las piernas.

Hay tres clases de medias de compresión. Una es la pantimedia de compresión. Este tipo de medias ejerce la menor cantidad de presión. El segundo tipo es la media de compresión de venta sin receta. Estas medias ejercen un poco más de presión que la pantimedia de compresión. Se venden en tiendas de artículos médicos y en farmacias.

El tercer tipo es la media de compresión alta de venta con receta. Estas medias ejercen la mayor presión. También se venden en tiendas de artículos médicos y en farmacias, pero una persona especialmente capacitada de la tienda tendrá que encargarse de determinar la talla y el ajuste adecuado de sus medias.

Procedimientos médicos

Hay procedimientos para eliminar las várices o para bloquearlas. Por lo general, la eliminación o bloqueo de las várices no causa problemas de circulación porque la sangre comienza a circular por otras venas.

Es posible que usted reciba tratamiento con uno o más de los procedimientos que se describen a continuación. Los efectos secundarios que pueden suceder inmediatamente después de la mayoría de estos procedimientos comprenden formación de moretones, hinchazón, cambios de color de la piel y dolor leve.

Los efectos secundarios son más graves si hay extirpación y ligadura de las venas. Este procedimiento puede causar dolor intenso, infección, formación de coágulos y de cicatrices, pero estos efectos secundarios son poco frecuentes.

Escleroterapia

En la escleroterapia se usa una sustancia química líquida para bloquear una várice. La sustancia química se inyecta dentro de la vena para que cause irritación y formación de una cicatriz en el interior de la vena. La irritación y la cicatriz bloquean la vena y con el tiempo la vena desaparece.

Este procedimiento se usa a menudo para tratar várices más pequeñas y arañas vasculares. Puede realizarse en el consultorio del médico y el paciente está de pie durante la misma. Es posible que se necesiten varios tratamientos para bloquear completamente una vena.

Normalmente los tratamientos se realizan a intervalos de entre 4 y 6 semanas. Después de cada tratamiento se le envuelven las piernas al paciente con vendas elásticas para promover la cicatrización y disminuir la hinchazón.

Microescleroterapia

La microescleroterapia se usa para el tratamiento de las arañas vasculares y otras várices muy pequeñas.

Se inyecta una pequeña cantidad de una sustancia química líquida en una vena con una aguja muy delgada. Esta sustancia forma una cicatriz en la capa interna de la vena y la bloquea.

Cirugía con láser

En este procedimiento se aplica en la várice energía luminosa proveniente de un láser. La luz del láser elimina la vena.

La cirugía con láser se usa principalmente para tratar várices más pequeñas. No es necesario cortar la piel ni inyectar sustancias químicas.

Ablación endovenosa

En la ablación endovenosa se usan láseres u ondas de radio para generar calor y bloquear una várice.

El médico realiza un corte diminuto en la piel, cerca de la várice. Luego inserta en la vena un tubo pequeño llamado catéter. Un dispositivo que se encuentra en el extremo del catéter calienta el interior de la vena y la bloquea.

Usted estará despierto durante el procedimiento, pero el médico adormecerá la zona que rodea la vena. Por lo general el paciente puede volver a su casa el mismo día del procedimiento.

Cirugía endoscópica

En esta cirugía el médico hace un corte pequeño en la piel, cerca de una várice. Luego hace avanzar por la vena una cámara diminuta que se encuentra en el extremo de un tubo delgado. En el extremo de la cámara hay un dispositivo quirúrgico con el que se bloquea la vena.

Por lo general, la cirugía endoscópica se usa sólo en casos graves, cuando las várices están causando úlceras (llagas) en la piel. Después de este procedimiento, el paciente puede reanudar sus actividades normales en pocas semanas.

Flebectomía ambulatoria

En la flebectomía ambulatoria el médico hace cortes pequeños en la piel con el objeto de extirpar várices pequeñas. La flebectomía ambulatoria se realiza por lo general para extraer las várices más cercanas a la superficie de la piel.

Usted estará despierto durante el procedimiento, pero el médico adormecerá la zona que rodea la vena. Por lo general el paciente puede volver a su casa el mismo día del procedimiento.

Fleboextracción y ligadura

Por lo general, la fleboextracción y ligadura se realiza sólo en casos graves de várices. Consiste en ligar completamente las venas y extraerlas a través de cortes pequeños que se hacen en la piel.

El paciente recibirá una medicina que lo hará dormir por un rato para que no sienta dolor durante el procedimiento.

La fleboextracción y ligadura es casi siempre un procedimiento ambulatorio. El tiempo de recuperación puede durar entre 1 y 4 semanas.

Várices - ¿Cómo se pueden prevenir las várices?

La formación de várices no se puede prevenir, pero sí se puede evitar que empeoren las que ya se han formado. También se puede retrasar la formación de otras várices.

Evite permanecer de pie o sentado por mucho tiempo sin descansar. Cuando esté sentado, evite cruzar las piernas. Mantenga las piernas elevadas cuando esté sentado, descansando o durmiendo. Cuando le sea posible, eleve las piernas por arriba de la altura del corazón.

Realice actividades físicas para poner en movimiento las piernas y mejorar el tono muscular. Esto le ayuda a la sangre a circular por las venas.

Si tiene [sobrepeso o es obeso](#), trate de adelgazar. Así su circulación mejorará y la presión que sus venas tienen que soportar disminuirá.

Evite la ropa apretada, especialmente las prendas ajustadas en la cintura, la parte superior de los muslos y las piernas. La ropa apretada puede empeorar las várices.

Evite usar tacones altos por períodos largos. Los zapatos de tacones más bajos pueden servir para tonificar los músculos de la pantorrilla. Los músculos tonificados ayudan a la sangre a circular mejor por las venas.

Use medias de compresión si el médico se las recomienda. Estas medias hacen presión suave en sentido ascendente por la pierna. La presión evita que la sangre se acumule en las venas y disminuye la hinchazón de las piernas.

Várices - Vivir con várices

Las várices son muy comunes. Por lo general causan pocos signos y síntomas. Si los signos y síntomas son de poca importancia, el médico puede simplemente recomendar cambios en el estilo de vida.

Si la situación es más grave —por ejemplo, si usted tiene bastante dolor, coágulos de sangre o úlceras (llagas) en la piel—, el médico puede aconsejarle que se someta a uno o más procedimientos. Muchos tratamientos para las várices son rápidos y fáciles, y no requieren una recuperación larga.

Si desea más información sobre los cambios en el estilo de vida y los procedimientos médicos a que nos referimos, consulte el apartado [“¿Cómo se tratan las várices?”](#)

Várices - Estudios clínicos

El Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre (NHLBI) se ha comprometido firmemente a apoyar las investigaciones encaminadas a prevenir y tratar las enfermedades y problemas del corazón, los pulmones y la sangre, así como los trastornos del sueño.

Las investigaciones respaldadas por el NHLBI han conducido a muchos avances en los conocimientos médicos y la atención de los pacientes. Muchas de estas investigaciones dependen de que haya voluntarios que estén dispuestos a participar en estudios clínicos.

Los estudios clínicos ensayan nuevas formas de prevenir, diagnosticar o tratar diversas enfermedades o problemas de salud. Por ejemplo, los tratamientos nuevos para una enfermedad o problema de salud (medicinas, dispositivos médicos, cirugías o intervenciones) se ensayan en voluntarios que tienen la enfermedad. Los ensayos muestran si un tratamiento es inofensivo y eficaz en seres humanos antes de que se ponga a disposición del público en general.

Al participar en un estudio clínico usted logra tener acceso a nuevos tratamientos antes de que estén al alcance de todo el mundo. Además cuenta con el apoyo de un equipo de profesionales médicos que probablemente controlará su salud atentamente. Incluso si usted no se beneficia directamente de los resultados de un estudio clínico, la información que se reúna en el estudio puede ayudar a otras personas y sumarse a los conocimientos científicos.

Si usted se ofrece como voluntario para participar en un estudio clínico, le explicarán en detalle la investigación. Le hablarán de los tratamientos y pruebas que le pueden hacer y de los beneficios y riesgos que éstos pueden implicar. Se le dará también la oportunidad de hacer preguntas sobre la investigación. Este proceso se conoce como consentimiento informado.

Si usted acepta participar en el estudio, se le pedirá que firme un formulario de consentimiento informado. Este formulario no es un contrato. Usted tiene derecho a retirarse de un estudio en cualquier momento y por cualquier motivo. Además, tiene derecho a enterarse de los nuevos

riesgos que surjan durante el estudio o de los descubrimientos que se hagan durante éste.

Si desea más información sobre estudios clínicos relacionados con las várices, hable con su médico. También puede visitar los siguientes sitios web para enterarse un poco más acerca de las investigaciones clínicas y para buscar estudios clínicos:

- <http://clinicalresearch.nih.gov>
- www.clinicaltrials.gov
- www.nhlbi.nih.gov/studies/index.htm
- www.researchmatch.org

Várices - Enlaces a otras fuentes de información sobre las várices

Recursos que no pertenecen al NHLBI (en español)

- [Várices](#) (MedlinePlus)
- [Várices: Tutorial interactivo](#) (MedlinePlus)

Estudios clínicos (solo en inglés)

- [Clinical Trials](#) (Diseases and Conditions Index)
- [Current Research](#) (ClinicalTrials.gov)
- [NHLBI Clinical Trials](#)
- [NIH and Clinical Research](#) (National Institutes of Health)
- [ResearchMatch](#) (funded by the National Institutes of Health)