

INSUFICIENCIA VENOSA

Es una afección en la cual las venas tienen problemas para enviar la sangre de nuevo desde las piernas al corazón.

Ver también:

- Trombosis venosa profunda
- Dermatitis y úlceras por estasis
- Venas varicosas

Causas

La insuficiencia venosa es causada por problemas en una o más de las venas profundas de las piernas. Normalmente, las válvulas en las venas mantienen la sangre fluyendo de nuevo hacia el corazón, de manera que no se acumula en un lugar, pero las válvulas en las venas varicosas están dañadas o ausentes. Esto hace que las venas permanezcan llenas de sangre, especialmente al estar de pie.

Esta afección también puede ser causada por una obstrucción en una vena a raíz de un coágulo (trombosis venosa profunda).

La insuficiencia venosa crónica es una afección prolongada y ocurre debido a la obstrucción parcial de las venas o a las filtraciones de sangre alrededor de las válvulas venosas.

Los factores de riesgo para la insuficiencia venosa abarcan:

- Antecedentes de trombosis venosa profunda en las piernas
- Edad
- Ser mujer (relacionado con los niveles de la hormona progesterona)
- Ser de estatura alta
- Factores genéticos
- Obesidad
- Embarazo
- Permanecer sentado o de pie por mucho tiempo

Síntomas

- Dolor intenso, pesadez o calambres en las piernas
- Picazón y hormigueo
- Dolor que empeora al pararse
- Dolor que mejora al levantar las piernas
- Hinchazón de las piernas

Las personas con insuficiencia venosa crónica también pueden presentar:

- Enrojecimiento de piernas y tobillos
- Cambios en el color de la piel alrededor de los tobillos
- Venas varicosas superficiales
- Engrosamiento y endurecimiento de la piel en las piernas y en los tobillos (lipodermatoesclerosis)
- Úlceras en las piernas y en los tobillos

Tratamiento

Tome las siguientes medidas para ayudar a manejar la insuficiencia venosa:

- Use medias de descanso para disminuir la hinchazón crónica.
- Evite sentarse o estar de pie por períodos prolongados. Incluso mover ligeramente las piernas ayudará a que la sangre de las venas retorne al corazón.
- Tenga sumo cuidado con las heridas si ocurre cualquier ruptura o infección de la piel.

Se pueden recomendar la cirugía (extirpación de venas varicosas o tratamientos no invasivos para venas varicosas si usted tiene:

- Dolor de pierna, a menudo descrito como pesadez o cansancio
- Úlceras o llagas en la piel causadas por flujo sanguíneo deficiente en las venas
- Engrosamiento y endurecimiento de la piel en las piernas y en los tobillos (lipodermatoesclerosis)