

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Jun 02, 2023

Varices: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

Las venas varicosas son venas que están inflamadas porque la sangre no fluye a través de ellas correctamente. Muchas personas tienen venas varicosas. Por lo general, no causan problemas graves, pero es posible que los encuentre incómodos o se sienta descontento con la forma en que se ven.

Para obtener más información sobre las causas y los síntomas de las varices, consulte el prospecto *Varices: ¿qué son?*

Las venas varicosas no suelen desaparecer por sí solas. Si están causando problemas, los tratamientos pueden ayudar a que sus piernas se vean y se sientan mucho mejor.

Los tratamientos pueden tener efectos secundarios, por lo que debes sopesar los pros y los contras a la hora de decidir cuál es el mejor para ti.

Muchas personas se someten a una cirugía para extirpar las venas varicosas. Sin embargo, es probable que su médico le sugiera que pruebe algunas cosas simples primero para ver si ayudan. Estos podrían incluir:

- El uso de **medias de soporte**, que están ajustadas alrededor de la parte inferior de las piernas, puede reducir la hinchazón y el dolor en las piernas.

Estas medias están diseñadas para ayudar a las venas a comprimir la sangre de vuelta a las piernas. Es importante asegurarse de tener el tipo correcto de medias y que le queden bien.

Hable con su farmacéutico o médico sobre cómo conseguir el tipo correcto.

- Mantener un **peso saludable** puede ayudar a reducir la presión sobre las venas.
- **El ejercicio**, como correr o caminar, puede ayudar a que las venas bombeen mejor la sangre alrededor de las piernas.
- Si te duelen las piernas, trata **de descansar con las piernas más altas** que el corazón, por ejemplo, acostándote con las piernas levantadas sobre cojines. Evite estar de pie o sentado durante largos períodos si es posible.
- **Deja de fumar**. Fumar daña los vasos sanguíneos, por lo que es posible que dejar de fumar pueda ayudar con los síntomas.

Varices: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

Si estas cosas no ayudan, su médico puede sugerir probar otros tratamientos. La cirugía solía ser el tratamiento más común para las venas varicosas. Pero otros tratamientos se están volviendo más populares a medida que aprendemos más sobre ellos.

Cirugía

Someterse a una cirugía puede deshacerse de las venas varicosas. Es probable que mejore la apariencia de sus piernas y también ayude con síntomas como dolor o piernas pesadas y cansadas.

Hay varias formas de hacer esta operación, pero en la más común el cirujano ata y extirpa la vena o venas que causan los síntomas.

A menudo se hace a través de dos cortes en la pierna: uno en la ingle y el otro en la parte interna de la rodilla o el tobillo. El cirujano primero ata la vena cerca de la ingle y luego la extrae a través de la incisión más abajo.

Es probable que pueda irse a casa el mismo día de la cirugía, pero necesitará tiempo libre de sus actividades normales para recuperarse. Recuperarse de una cirugía para las venas varicosas puede ser doloroso. Es posible que sienta dolor en las piernas durante varias semanas.

Como cualquier operación, la cirugía para las venas varicosas tiene algunos riesgos. Los problemas pueden incluir:

- tener una reacción alérgica al anestésico
- sangrado abundante durante o poco después de la operación
- moretones, y
- tener parches entumecidos en las piernas.

A veces pueden ocurrir problemas más graves. Por ejemplo, a veces puede desarrollarse un coágulo de sangre en las venas profundas de la pierna. Los médicos llaman **a esto trombosis venosa profunda (TVP)**. Esto es peligroso.

Si su médico cree que tiene un mayor riesgo de coágulos de sangre, es posible que le administren pequeñas dosis de medicamentos anticoagulantes.

Un posible riesgo poco frecuente de esta cirugía se llama **pie caído**. Esto sucede cuando el nervio grande que corre por la parte posterior del muslo se daña, lo que puede hacer que el pie esté flojo y débil.

En muy raras ocasiones, la cirugía sale mal y daña las venas más profundas. Esto puede empeorar sus problemas con el flujo sanguíneo. Es posible que necesite más cirugía para corregir esto.

Ablación por radiofrecuencia

La ablación por radiofrecuencia utiliza calor para cerrar las venas varicosas. Se inserta un tubo llamado catéter en la vena. Luego, un dispositivo enhebrado a través del catéter emite energía de radiofrecuencia, que calienta la vena y la sella.

Varices: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

Esta técnica se está utilizando cada vez más a medida que las investigaciones sugieren que funciona tan bien como la cirugía, con una recuperación más corta y menos dolorosa.

Tratamiento con láser

Con el tratamiento con láser, se introduce un catéter a través de un pequeño orificio en la piel hasta la vena. A continuación, se coloca un láser en el tubo. La luz intensa del láser calienta la vena y hace que se acerque.

Este procedimiento se está utilizando cada vez más ampliamente, por las mismas razones por las que la ablación por radiofrecuencia se está volviendo más popular.

Inyecciones

Recibir inyecciones de productos químicos en las venas varicosas puede deshacerse de ellas. Las inyecciones hacen que los vasos sanguíneos colapsen para que la sangre no pueda pasar a través de ellos.

Los médicos llaman a estas inyecciones escleroterapia. A menudo se utilizan para eliminar las venas varicosas restantes después de la cirugía.

Es probable que sus venas se vean mejor después de las inyecciones. Pero no hay mucha investigación buena que diga si las inyecciones pueden ayudar con otros síntomas como el dolor.

Las inyecciones pueden tener efectos secundarios. Es posible que su piel se vea descolorida después. Esto puede tardar un tiempo en desaparecer. Es posible que las inyecciones no funcionen tan bien como la cirugía para extirpar una vena. Es más probable que las venas varicosas regresen después de las inyecciones que después de la cirugía.

Algunas personas dicen que las inyecciones duelen. Algunas personas tienen una erupción cutánea con picazón con círculos hinchados en el lugar donde se introdujo la aguja. Pero esto es temporal.

Algunas personas también tienen moretones, hinchazón y parches rojos en la piel después de las inyecciones. Pero es probable que las inyecciones sean menos dolorosas que la cirugía.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

Varices: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

