

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Mar 17, 2023

Úlceras en las piernas

Las úlceras en las piernas pueden ser dolorosas y, a veces, tardan mucho tiempo en sanar. Pero con tratamiento, casi todas las úlceras mejoran con el tiempo.

Puede usar nuestra información para hablar con su médico y decidir qué tratamientos son adecuados para usted.

Qué son las úlceras en las piernas?

Una úlcera en la pierna es una llaga con piel agrietada en la parte inferior de la pierna que no se cura. Las úlceras en las piernas a veces comienzan después de que un golpe o un golpe rompe la piel de la parte inferior de la pierna. Una herida puede convertirse en una úlcera en la pierna si no se cura.

Es más probable que tenga úlceras en las piernas si tiene una afección llamada **insuficiencia venosa crónica**. Esto significa que hay problemas con las venas de la parte inferior de las piernas. Las úlceras que pueden ser causadas por esta afección se llaman úlceras venosas de la pierna.

Es más probable que tenga esta afección si alguna vez ha tenido **trombosis venosa profunda** (un coágulo de sangre en una vena de la pierna).

Esta información es para personas que tienen úlceras venosas en la pierna. No cubre a las personas con diabetes que contraen úlceras del pie diabético.

Cuáles son los síntomas?

Las úlceras de las piernas son heridas húmedas y poco profundas en las que la piel se rompe. A menudo son de color rojo o amarillento. Pueden ser de cualquier tamaño y algunos incluso se estiran alrededor de la pierna. Se hacen más pequeños a medida que sanan.

Si tienes tejido áspero y lleno de bultos en la úlcera, suele ser una buena noticia. Muestra que la úlcera se está curando.

qué tratamientos funcionan?

Además de los tratamientos para ayudar a curar las úlceras, existen tratamientos que pueden ayudar a prevenirlas si su médico cree que tiene un alto riesgo de contraerlas. También hay cosas que usted mismo puede hacer para ayudar a prevenirlas.

Cosas que puedes hacer tú mismo

Si tienes insuficiencia venosa crónica, a veces se puede acumular demasiada sangre en la parte inferior de las piernas cuando no te estás moviendo. Esto puede causar hinchazón y hacer que las úlceras sean más probables.

Para que esto sea menos probable, los médicos a menudo recomiendan que **levante los pies** cada vez que se siente. También es una buena idea levantar ligeramente los pies de la cama.

Hacer ejercicio con regularidad y llevar una **dieta equilibrada** también puede ayudar a que la circulación funcione lo mejor posible.

Fumar puede afectar la capacidad de su cuerpo para sanar y puede causar problemas con los vasos sanguíneos. Así que si fumas, lo mejor es que lo hagas.

Si tiene **sobrepeso**, perder peso puede reducir la probabilidad de tener úlceras en las piernas. Si necesitas ayuda para dejar de fumar o perder peso, tu médico puede ayudarte.

Trate de evitar golpearse o rascarse las piernas. Romper la piel puede hacer que una úlcera sea más probable.

Tratamientos para prevenir las úlceras en las piernas

Si ha tenido una úlcera, el uso **de medias de compresión** puede ayudar a evitar que tenga otra. Estas son medias médicas especiales que llegan hasta la rodilla. Comprimen la parte inferior de las piernas para que sea más difícil que la sangre se acumule y que se produzca hinchazón.

Es muy importante que siga las instrucciones de su médico o enfermera sobre cómo y cuándo usarlos. Para que funcionen correctamente, deberá usarlos todo el tiempo, excepto cuando esté en la cama.

La razón más común por la que las úlceras no mejoran es que las personas no usan las medias de compresión lo suficiente.

Las cremas hidratantes simples pueden ayudar a prevenir que la piel se rompa, manteniendo la piel húmeda y evitando que se reseque. Esto se aplica sobre la piel intacta, no sobre una herida en sí. Primero debe hablar con su médico sobre qué usar y cómo usarlo.

Tratamientos para ayudar a sanar las úlceras en las piernas

Los médicos suelen recomendar que las úlceras de las piernas se venden bien y que estos vendajes se cambien con regularidad.

Un medicamento llamado **pentoxifilina** puede ayudar a que la úlcera sane. Funciona ayudando a mantener las venas de las piernas lo suficientemente abiertas como para que la sangre pueda fluir a través de ellas correctamente.

Este es el primer tratamiento farmacológico que se ofrece a la mayoría de las personas con úlceras venosas en las piernas. También tendrás que seguir usando los vendajes.

Úlceras en las piernas

La pentoxifilina se toma en forma de comprimidos. Aunque puede ayudar a la curación, puede causar efectos secundarios en algunas personas, como náuseas, diarrea e indigestión.

Los fármacos llamados **fracciones de flavonoides purificados micronizados (MPFF, por sus siglas en inglés)** pueden ayudar a curar las úlceras de las piernas. Tienden a usarse en personas que tienen úlceras grandes que no se curan con otros tratamientos. Estos medicamentos no están disponibles en algunos países, incluido el Reino Unido.

Es importante mantener la úlcera limpia. El agua tibia del grifo suele ser suficiente para eliminar el pus o el tejido muerto. Pero a veces los médicos y las enfermeras utilizan otros tratamientos. Pueden raspar suavemente el tejido muerto con un bisturí o usar un producto químico para lavarlo.

Además del tratamiento de compresión, el médico puede sugerir tratamientos para las venas de la pierna para ayudar a curar la úlcera. Estos pueden incluir:

- extirpación quirúrgica de las venas que le están causando problemas
- Tratamiento con láser para sellar las venas (llamado tratamiento con láser endovenoso)
- Inyectar una espuma especial en las venas (escleroterapia con espuma).

Qué me va a pasar?

Es casi seguro que su úlcera se curará con el tiempo si sigue los consejos de tratamiento de su médico. Si el tratamiento va bien, la úlcera debería sanar en menos de tres meses. Pero a veces lleva mucho más tiempo. Algunas úlceras necesitan hasta un año para sanar.

A algunas personas les preocupa que, al igual que los problemas de los pies a veces causados por la diabetes, las úlceras en las piernas puedan llevar a la amputación de parte de la pierna. Esto no es cierto. Las úlceras en las piernas causadas por insuficiencia venosa crónica no conducen a amputaciones.

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.

