

# Información para pacientes con varices y otras manifestaciones de la Enfermedad Venosa Crónica

## **Autores:**

**Cristina Feijoo y Rodrigo Rial**

*Especialistas en Angiología y Cirugía Vascolar*

Con la colaboración de

**SERVIER**   
moved by you



**Información para pacientes con varices y otras manifestaciones de la Enfermedad Venosa Crónica**  
**ISBN 978-84-09-77640-5**

**Primera edición:** Septiembre 2025

**Editores:** Cristina Feijoo y Rodrigo Rial.

**Autorías:** Cristina Feijoo y Rodrigo Rial.

**Revisión:** Cristina Feijoo y Rodrigo Rial.

**Citar como:** Información para pacientes con varices y otras manifestaciones de la Enfermedad Venosa Crónica, Feijoo C, Rial R. Septiembre 2025

**Diseño y maquetación por:** GOC Health Consulting (Gestió Organització Comunicació, S.A.)

Reservados todos los derechos. Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.



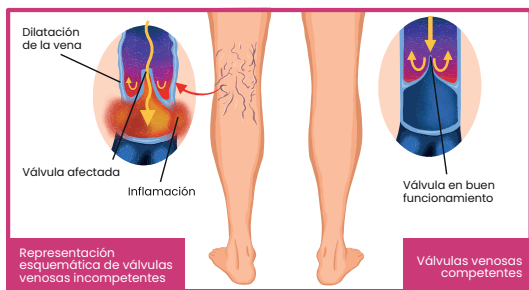
<b>Introducción</b> . . . . .	<b>7</b>
<b>¿Qué son las varices?</b> . . . . .	<b>8</b>
<b>¿Las “arañas” vasculares son varices?</b> . . . . .	<b>9</b>
<b>¿Por qué me han aparecido?</b> . . . . .	<b>9</b>
<b>¿Cuáles son los síntomas de las varices y de las “arañas” vasculares?</b> . . . . .	<b>9</b>
<b>¿Cómo se diagnostican las varices?</b> . . . . .	<b>10</b>
<b>¿Las varices tienen complicaciones?</b> . . . . .	<b>11</b>
<b>¿Cómo se tratan las varices?</b> . . . . .	<b>12</b>
<b>¿Cuándo se operan las varices?</b> . . . . .	<b>12</b>
<b>¿Cómo se operan las varices?</b> . . . . .	<b>13</b>
<b>¿Qué es la Escleroterapia?</b> . . . . .	<b>13</b>
<b>Recuerda qué...</b> . . . . .	<b>14</b>
<b>Más información en...</b> . . . . .	<b>15</b>



## Introducción

El término Enfermedad o Insuficiencia Venosa Crónica es mayoritariamente desconocido por la población general. Corresponde a una enfermedad que afecta a más del 60% de las personas y que incluyen a las "arañas" vasculares y las varices. Esta enfermedad causa la mayor parte de las piernas hinchadas y que produce un 80% de las úlceras de las piernas.

Aunque no es tan grave como otras enfermedades crónicas, sí que se acompaña de síntomas de dolor en las piernas de diversa intensidad que disminuye la calidad de vida de forma importante a medida que la enfermedad avanza.



La concienciación por parte de los médicos de un correcto tratamiento y prevención de la enfermedad venosa crónica, ha aumentado en los últimos años porque se han encontrado asociaciones con otras enfermedades cardiovasculares. El término crónico en medicina alude al largo tiempo en que, ésta y otras enfermedades, se desarrollan. Las enfermedades crónicas, en general, si se dejan sin tratamiento suelen progresar a fases más avanzadas. Disponemos de tratamientos quirúrgicos y médicos cada vez más eficaces y menos invasivos para detener la progresión de la enfermedad venosa crónica.

A la falta de concienciación del personal sanitario sobre el correcto tratamiento y prevención de la enfermedad venosa crónica, se une que las personas que la padecen no le dan la importancia debida. Los cirujanos vasculares nos encontramos en nuestras consultas pacientes con fases avanzadas de enfermedad venosa crónica en las que la progresión podía haberse evitado. La progresión no quiere decir que todas las personas con varices vayan a desarrollar una úlcera, pero sí que algunos pacientes van a progresar a fases más avanzadas si no se pone un tratamiento correcto.



Existen una gran cantidad de informaciones no contrastadas y "fake news" sobre las varices y su tratamiento. Un grupo de profesionales compuesto por Especialistas en Angiología y Cirugía Vascul ar, Especialistas en Medicina Familiar y Comunitaria y Especialistas en Farmacia Comunitaria nos hemos reunido para elaborar documentos con informaciones para profesionales basadas en la evidencia médica, con

el objetivo de mejorar la atención del paciente. Adicionalmente se ha adaptado el contenido para dar unas informaciones básicas a los pacientes que les ayudarán a conocer mejor su enfermedad, especialmente las varices, y poder buscar un adecuado consejo y tratamiento. Se ha realizado en forma de preguntas más frecuentes que los pacientes nos realizan cotidianamente a los Cirujanos Vasculares.

## ¿Qué son las varices?

Una variz es una vena superficial dilatada de forma permanente y anormal, que no cumple eficazmente su función, que es la del retorno sanguíneo.

Las venas presentan unas láminas en su interior, denominadas válvulas, que aseguran el flujo en dirección ascen-

dente hacia el corazón, venciendo la fuerza de la gravedad. Cuando se dilata la vena, el mecanismo valvular falla, no se produce el retorno correcto de la sangre hacia el corazón y ésta se acumula, provocando una dilatación de la vena denominada variz.

## ¿Las "arañas" vasculares son varices?

Las "arañas vasculares" son vasos capilares dilatados que se encuentran justo debajo de la capa más superficial de la piel, se llaman telangiectasias y varices reticulares. Pueden ser rojizas o azuladas y se disponen aisladamente o en forma de entramado o red. Su localización más frecuente es en las piernas, pero también se observan en la cara

y otras localizaciones. Se las considera un tipo de variz leve, y es uno de los motivos de consulta más frecuente. No es sólo un trastorno estético. Muchas veces van acompañadas de pesadez, dolor, hinchazón de piernas... y se les debe prestar atención por parte del Especialista.

## ¿Por qué me han aparecido?

El sexo femenino es un factor de riesgo, un 60 % de las personas con varices son mujeres. Las hormonas femeninas, en ocasiones, disminuyen la resistencia de la pared de las venas favoreciendo su dilatación; y el embarazo también contribuye a la aparición de varices. Trabajar de pie o sentado muchas horas al día dificulta el retorno venoso y el calor favorece la dilatación venosa y agrava los síntomas. Los antecedentes familiares existen en un porcentaje elevado de personas y son determinantes

si los dos progenitores tienen varices.

A veces no se puede hacer nada para prevenir su aparición porque no se asocia a una causa única. Actuar sobre los factores predisponentes como la "herencia familiar", la bipedestación (posición erecta del ser humano), la edad o el sexo, es imposible. Pero sí podemos mejorar o evitar los factores desencadenantes con medidas relativamente fáciles.

## ¿Cuáles son los síntomas de las varices y de las "arañas" vasculares?

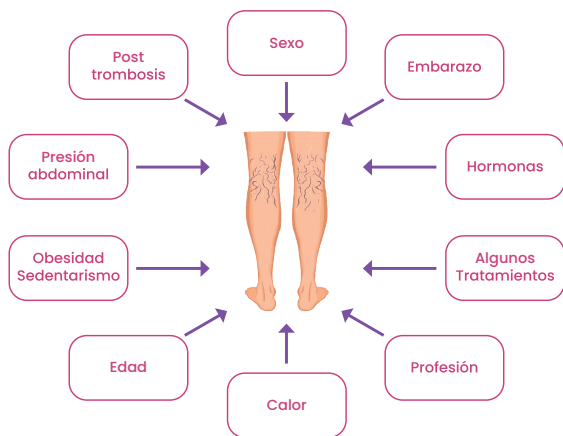
La enfermedad venosa crónica tiene unos síntomas muy característicos que son dolor y pesadez de piernas que se incrementan al final del día, aumentan con el calor y al estar de pie o sentado mucho tiempo. Suelen aliviarse al poner las piernas en alto y caminar.

A veces van acompañados de hinchazón de tobillos y de cambios en la coloración de la piel, que reflejan una enfermedad avanzada.

## ¿Cómo se diagnostican las varices?

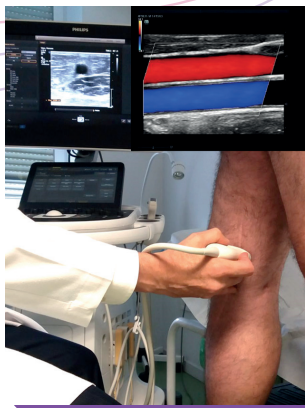
Las varices es de las pocas enfermedades que no necesita un médico para ser diagnosticada, pero si para evaluar el estado y la necesidad de tratamiento y qué tipo. Por norma general, si tienes varices, tendrás que dirigirte a un especialista en Angiología y Cirugía Vasculiar o al Médico de Atención Primaria para que te valore.

Durante la consulta, el médico completará la historia clínica haciéndote preguntas sobre tu salud en general y sobre la enfermedad venosa en particular. Es de ayuda que hagas memoria sobre la historia personal (y la familiar) de trombosis, de varices y de las intervenciones previas de las varices.



Seguidamente, el cirujano vascular explorará tus piernas y hará una ecografía específica para examinar el aspecto y el funcionamiento de todas las venas principales de las piernas, llamada "ECO-Doppler venoso de los miembros inferiores".

Dicha ecografía sirve para confirmar o descartar la presencia de trombosis, o de secuelas de una trombosis antigua, y estudiar las características de las varices. En la mayoría de los casos, la información obtenida con esta exploración es suficiente para definir el problema y decidir el tratamiento.



## ¿Las varices tienen complicaciones?

La complicación más grave de las varices es la formación de un coágulo en su interior (trombosis). Afortunadamente no es muy frecuente de forma general. Sí es más frecuente en varices grandes. En un 20% de las trombosis de las varices se observa alguna complicación seria. Otras veces las varices son muy superficiales y pueden romperse y sangrar.

A veces las varices progresan y se produce afectación de la piel, que comienza por cambios de coloración (manchas marrones) y que puede evolucionar hasta la aparición de una herida en la pierna denominada úlcera. Estas úlceras tardan mucho en curar y producen una afectación muy importante en la vida cotidiana.

## ¿Cómo se tratan las varices?

Desde el primer momento que aparecen los síntomas o las varices visibles (también las "estéticas") es recomendable una valoración profesional para informarse del grado de insuficiencia venosa, las posibilidades de tratamiento (que consistirá esencialmente en eliminar las varices), y el momento más oportuno para hacerlo.

Cualquier grado de varices, o enfermedad venosa crónica, tienen tres elementos comunes de tratamiento que deben ir asociados entre sí: cambios en el estilo de vida, uso de medias de compresión y fármacos venoactivos, flebotónicos o venotónicos.

Es recomendable mantener una **vida activa**, hacer ejercicio regularmente, evitar el sedentarismo y el sobrepeso. También es beneficioso evitar la exposición a temperaturas elevadas, ya que pueden favorecer dilatar más las venas.

El uso de **medias de compresión** es esencial. La presión que producen en la pierna favorece el ascenso de la sangre hacia el corazón disminuyendo la

congestión venosa. Las medias elásticas son rechazadas por muchos pacientes, pero las medias actuales, y un nivel de compresión adecuados para cada caso, son muy eficaces y cómodas. Las ortopedias y las farmacias especializadas realizan mediciones correctas y contribuyen a una mejor adherencia al tratamiento.

Los **flebotónicos** actúan mejorando el tono de la pared de la vena, disminuyendo la inflamación venosa, reduciendo el riesgo de coágulos, restringiendo el acúmulo de líquidos y facilitando el retorno sanguíneo. Sirven para aliviar el dolor, la hinchazón de piernas o la pesadez. Los productos "naturales", como infusiones de plantas, no han demostrado efectividad. Hay numerosos fármacos flebotónicos comercializados para el alivio de los síntomas producidos por la enfermedad venosa crónica, pero no todos tienen la misma evidencia ni están validados. Debes seguir la prescripción de tu médico y no cambiar la recomendación salvo en circunstancias justificadas.

## ¿Cuándo se operan las varices?

Las personas con varices se pueden beneficiar en ocasiones de una intervención quirúrgica para disminuir el dolor, reducir el riesgo de trombosis y evitar la progresión a fases más avan-

zadas de enfermedad venosa. La indicación estética también es legítima. En todos los casos hay que realizar una valoración del riesgo quirúrgico.

## ¿Cómo se operan las varices?

En los últimos años los tratamientos han evolucionado hacia la mínima invasión, permitiendo al paciente realizar una vida normal a los pocos días o de forma inmediata. El procedimiento tradicional (extracción de la vena safena) no se recomienda en la actualidad si existe cualquier otra técnica disponible. Las principales técnicas actuales son la anulación de la vena enferma por calor (radiofrecuencia o láser), sellado de la vena con un pegamento y otras que

combinan escleroterapia con daño mecánico de la vena safena.

Antes del tratamiento, el cirujano debe informar sobre las diferentes modalidades terapéuticas, dependiendo de las varices que tenga el paciente, de su eficacia a largo plazo, de las posibles complicaciones, la recuperación postoperatoria, el coste económico... Y la decisión final debe ser consensuada.

## ¿Qué es la Escleroterapia?

Es la introducción en el interior de la vena enferma de una medicación que va a producir una reacción inflamatoria que, en un periodo de tiempo variable, consigue cerrar la vena. La administración de ese medicamento puede

hacerse en forma de líquido o espuma dependiendo de la vena que se vaya a tratar. No en todas las varices el mejor tratamiento es la escleroterapia, pero sí es el mejor en los casos de "arañas" vasculares y varices pequeñas.



## Recuerda qué...

Si tienes varices no tienes que asustarte, pero sí debes acudir a tu médico, Cirujano Vascular o Médico de Atención Primaria. La Farmacia Comunitaria también puede orientarte en las fases iniciales.

Siempre han de tratarse las varices si tienes síntomas en las piernas. Si los síntomas son parecidos a tener varices, pero no las ves, también tienes que acudir al médico.

Si tienes varices cambia tu vida a una más activa, normaliza el peso, ponte unas medias elásticas y toma medicación prescrita por tu médico.

El Cirujano Vascular te indicará si te puede beneficiar de una operación, que actualmente son todas sin ingreso.

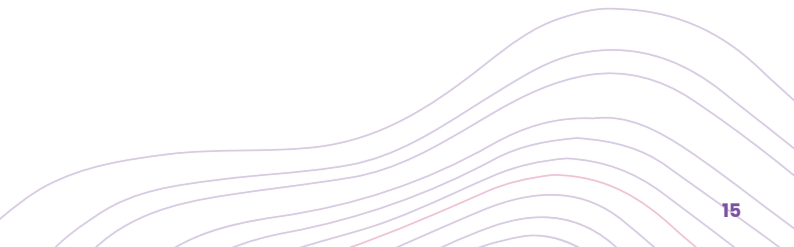
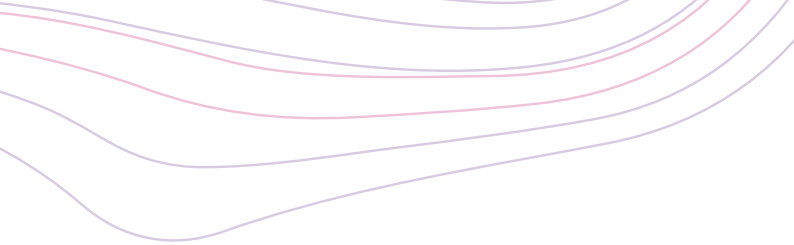
## Más información en...

Actualización Estratégica Multidisciplinar De La Enfermedad Venosa Crónica. Nuevas perspectivas en el abordaje integral de una de las patologías más frecuentes en el ser humano. Consejo Asesor Estratégico en Enfermedad Venosa Crónica de CEFyL, SEMERGEN y SEFAC. ISBN 978-84-09-77640-5.

López C, Feijoo C, Rial R. Eds. Todo lo que debes saber sobre tus venas. Consejos para pacientes con patología Venosa. (Capítulo Español de Flebología y Linfología, Ed.). Granada. Ediciones K&L. 2023. ISBN978-84-9957-278-9

Descárgalo en...

[https://www.capitulodeflebologia.org/pdf/sobre\\_tus\\_venas.pdf](https://www.capitulodeflebologia.org/pdf/sobre_tus_venas.pdf)





## Notas

A series of 20 horizontal dotted lines for writing notes.





A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, designed for handwriting practice. There are 20 rows of these dotted lines, providing a guide for letter height and placement.



Con la colaboración de

**SERVIER**   
moved by you