

L

as varices son una patología que afecta directamente a las venas de las piernas y como nos explica el dr. Fernando Ordás de la clínica Ordás (www.clinicaordas.com) "son producto de un mal funcionamiento de las válvulas de las piernas que hace que la sangre se estanque en las venas, ensanchándolas y terminando por dilatarlas. Dependiendo de su tamaño pueden ser varices, vénulas, varículas o telangectasias". En España más de seis millones de féminas padecen de insuficiencia venosa crónica. Hay que diferenciar dos clases: Las primarias. Donde se engloban las dilataciones de las venas en el sistema superficial, que permiten ser reconocidas fácilmente bajo la piel. Y las de insuficiencia venaria crónica, que surgen cuando las varices no se han tratado en un largo período de tiempo. Sobre todo, provocan muchos complejos en las mujeres, ya que al ser un problema estético no quieren enseñar las piernas. El simple hecho de ponerse faldas o bermudas sin medias tupidas es algo impensable.

Principales causas y síntomas

Existen diversos factores que pueden influir en su aparición, aunque cabe resaltar que fundamentalmente suelen tener un origen genético y hereditario. Como nos explican en el IML (www.iml.es), "la ca-

Hoy en día lucir unas **piernas** sin varices es una realidad. La **unión** de unos buenos hábitos y efectivos programas de belleza lo hacen posible

V

Varices ÚLTIMAS

EL **22%** NÚMEROS REDONDOS de las féminas las padecen. Las varices afectan al doble de mujeres que de hombres. El número es mayor cuando viven en países desarrollados. Un tercio las sufren por primera vez durante el embarazo y un 18% por el consumo de anticonceptivos.

lidad del material de la pared y de las válvulas venosas es hereditaria; si la herencia no es buena, estas estructuras ceden antes al desgaste que supone mover 200 litros de sangre todos los días. Los estrógenos tienen toxicidad directa sobre la pared venosa, pero sólo suele afectar a las venas de menor calibre, por eso son únicamente las mujeres las que presentan arañas vasculares." De la misma manera, hay otros agentes que también pueden intervenir y contribuir a su expansión, tales como trabajos que implican estar muchas horas de pie, la vida sedentaria, la obesidad, los embarazos y determinados tratamientos hormonales como la píldora anticonceptiva. ¿Qué síntomas se perciben? Si hablamos del grupo de las pequeñas, además de provocar un problema estético, se suelen manifestar con calambres, pesadez de piernas, hormigueo, sensación de calor o escozor. Si

por el contrario nos referimos a las grandes, éstas pueden acarrear problemas de salud más serios y presentarse como edemas, inflamación de las piernas (flebitis), incluso úlceras, varicorragias (sangrado) o trombosis. En el IML puntualizan que "en casos muy avanzados donde ya hay daño de la piel aparecen picores, manchas oscuras y puede llegar a desarrollarse una úlcera varicosa, que tiene una sintomatología propia severa y persistente".

Cómo y por qué aparecen

Ésa es la eterna pregunta que se hacen las mujeres que las padecen... Desde la dirección del Centro médico Eres (telf. 91 781 88 93) nos cuentan que "las varices son una enfermedad de las venas de las piernas principalmente, que se producen por una

UNOS ALIVIOS

Puedes echar mano de algunos remedios que te ayudarán a sentirte mejor. Cuando notes sensación de pesadez e hinchazón puedes aplicarte los productos para piernas cansadas. Éstos mejoran la sintomatología, reduciendo su inflamación y aportando una sensación de frescor al instante gracias al mentol. Pero hay que dejar claro que no tienen ningún tipo de efecto para prevenirlas. También en el IML añaden que "unas medias largas de 140 DEN acaban con la mayor parte de los síntomas en todos los casos. De la misma manera, las conocidas pastillitas para la circulación favorecen la circulación, reduciendo la pesadez y los calambres".

Hay que prevenir su **desarrollo** porque además de evitar complicaciones, el tratamiento en **fase** inicial es más cómodo y rápido

TECNICAS PARA ELIMINARLAS



belleza mia

PEINADOS
CORTOS AD HOC,
FLEQUILLOS XXL,
LARGOS ULTRALISOS...
Y MUCHO COLOR

ADELGAZAR
LOS GENES MANDAN

MAQUILLAJE
TEZ, PÁRPADOS,
MEJILLAS Y LABIOS.
¡TODO AL NATURAL!

CELEBRITIES



"Quiero ser
como...Cate
Blanchet"

MENOS ARRUGAS

PLAN REPARACIÓN: TRATAMIENTOS Y COSMÉTICA

MODA
LOOK & COMPLEMENTOS.
¡ESTO ES LO ÚLTIMO!

EN FORMA
LOS DEPORTES QUE
CUIDAN TU SALUD

