



## VARIZES

- As varizes, veias dilatadas que se desenvolvem embaixo da pele, também podem estar relacionadas ao mau funcionamento da bomba da panturrilha. O sangue não circula de maneira ideal e há uma sobrecarga das veias na região.
- Mesmo que o aparecimento também esteja ligado a uma tendência genética, a pressão da coluna de sangue causada pela falta de fluxo sanguíneo adequado pode favorecer a dilatação das veias. “Com o passar do tempo, essa parede venosa pode ceder à pressão sanguínea e se dilatar de forma a não se recuperar mais”, explica o cardiologista Eduardo Toledo.
- Evitar o aparecimento dessa doença crônica progressiva é um trabalho difícil, visto que a genética influencia muito, mas com a adesão de bons hábitos, é possível retardar a condição. “Uma vida saudável, exercícios, boa alimentação e evitar a obesidade são fundamentais para evitar as complicações das varizes e a perda da qualidade de vida”, afirma o cardiologista.

## Palavra do especialista

### Quais são os outros métodos para retardar o aparecimento das varizes?

Há a possibilidade do uso de meias elásticas. Estas estão cada dia mais bonitas e confortáveis. A compressão promovida por essas meias melhora a performance muscular, o que impede que um volume de sangue fique estagnado nas pernas. Seu uso durante o dia também retarda o aparecimento das varizes, principalmente nas pessoas que já têm histórico familiar.

### Quais são os tratamentos para varizes?

O tratamento varia conforme o estágio da doença. O primeiro é o aparecimento dos “vasinhos”, pequenas veias de cor vermelha ou azul, bastante superficiais na pele. Para esses casos, a preferência é a escleroterapia feita por injeções ou o laser transdérmico — múltiplos “tiros” de laser sobre o trajeto dos vasos ou a associação dos dois. No segundo estágio, já aparecem as varizes propriamente ditas, veias de mais de 3mm de calibre, azuladas, tortuosas e que fazem saliência na pele. Nesses casos, existem três possibilidades: a cirurgia propriamente, a ablação não térmica e a ablação térmica. Tanto na ablação térmica quanto na não térmica, o objetivo é provocar a obstrução total dessa veia doente que, após algum tempo, torna-se uma cicatriz imperceptível abaixo da pele.

### A idade também está relacionada com as varizes?

Sim, está. O tempo de vida é um grande fator nessa condição. Quanto mais idosa a população, maior o risco de apresentar varizes. Após os 70 anos, praticamente, todas as pessoas apresentam algum sinal da doença.

Eduardo Toledo Aguiar é cirurgião vascular e angiologista