

FACTORES DE RIESGO RELACIONADOS CON LAS VARICES

Cada paciente que llega a nuestras instalaciones se ha realizado la misma pregunta, ¿por qué me salieron varices?, y la mayoría de ellos ya resolvió esta interrogante, lamentablemente con información no muy cierta, lo que causa dolor y culpa en ellos, ya que las respuestas que suelen tener son que, por un error de ellos, desarrollaron la enfermedad.

Escuchamos las frases “tuve que trabajar mucho tiempo de pie”, “tenía que cargar cosas muy pesadas”, “mi trabajo me obliga a caminar demasiado”, “me gustaba mucho usar zapatos de taco alto”, “siempre uso ropas ceñidas a la piel”, “tuve anemia cuando fui pequeño”; también escuchamos lo contrario, personas que supuestamente hacen todo bien pero que tienen la enfermedad, “si me cuido, como sano, hago deporte”. Observamos la expresión de tristeza en nuestros pacientes por la respuesta que ellos mismos se dan con información que no es del todo verdadera.

Les comentamos que atendemos pacientes con todas las características que puede poseer un ser humano. Tenemos pacientes altos y bajos; con un peso ideal, con sobrepeso y con obesidad; varones y mujeres; jóvenes, adultos y adultos mayores; mujeres con una gestación, con dos y hasta con nueve; con diversas ocupaciones, policías, docentes, abogados, secretarias, médicos, obreros, estudiantes, amas de casa; de distintas procedencias, de la costa, de la sierra, de la selva; que realizan actividad deportiva y otros que son sedentarios, sin ninguna enfermedad añadida y otros que toman hasta 10 pastillas al día; y que se encuentran en los diversos grados de la enfermedad. Tenemos pacientes jóvenes que ya poseen una úlcera venosa y pacientes adultos mayores en el grado 1 y lo único que podemos mencionar de nuestros pacientes es que muchos de ellos no se parecen en nada.

Esto quiere decir que cualquiera de esas características no tiene fundamento para ser la causa del desarrollo de la enfermedad y es que no lo son, pero sí son FACTORES DE RIESGO. Como mencionamos en otro blog, el origen principal en la mayoría de casos es la HERENCIA, todos los pacientes poseen esa característica en la información genética que poseen, por lo que el desarrollo y progresión de la enfermedad va a suceder independientemente de las características externas que se posea, ser varón o mujer, delgado u obeso, activo o sedentario, con una ocupación ligera o pesada, con gestaciones o sin ellas. Es como el color de nuestro cabello o de nuestra piel, eso está en nuestro ADN, no hay nada malo o bueno que hayamos hecho para poseer esas características, simplemente fuimos creados de esa manera.

La información que rige nuestro ADN ordena que la enfermedad esté presente. El paciente ideal para no tener enfermedad venosa crónica es un varón, joven, con peso ideal, de 1.7m de altura, que realiza actividad física, teóricamente este paciente no debería desarrollar várices, no posee ninguno de los factores de riesgo, pero sí tenemos esa clase de paciente; entonces, debería de estar en el primer grado de la enfermedad, tenerla en un grado muy leve, y no, no siempre es así. Tenemos pacientes con esas características y en los últimos grados de la enfermedad.

Con esto, no queremos fomentar la mala alimentación o el sedentarismo u otras actitudes negativas en nuestros pacientes, sino quitarles esa culpa que muchos poseen. Muchas de esas respuestas que ustedes mismos se dan, no son la causa de su enfermedad, pero sí son FACTORES DE RIESGO. Un paciente con sobrepeso u obeso tiene más probabilidad de desarrollar más rápido la enfermedad, igual que una paciente que gusta de usar tacón alto, pero como mencionamos, tenemos pacientes delgados y varones que nunca han usado tacones altos o se han cuidado con anticonceptivos hormonales y que poseen la enfermedad.

Siempre tenemos que cuidar nuestro cuerpo, darle lo mejor, evitar ciertas características para el desarrollo de diversas enfermedades, lamentablemente, algunas de ellas se van a expresar de cualquier manera, el grado en que se presenten, las complicaciones, los signos y los síntomas sí pueden verse afectadas por causa de estos factores de riesgo añadido. Es correcto hacer actividad física, tener una alimentación adecuada, hacerse controles periódicos y con todo esto también es posible desarrollar la enfermedad, pero tienen que saber que no fue culpa de ustedes, no hay algo malo que hayan hecho o que pudieron evitar para no tener varices, es la herencia que se posee y por ser una enfermedad crónica y progresiva hay que tener la información necesaria para llevar una vida normal y buena.

Queríamos escribir este blog para mencionarles eso, siempre se puede cuidar mejor nuestro cuerpo, está bien mantenerlo de la mejor manera y en caso de observar algún signo o síntoma de la enfermedad, entender que no fue culpa de alguna acción realizada y siempre acudir con el especialista para detener la progresión de la enfermedad y mantener sus piernas saludables y en buen estado.

Recupera la salud de tus piernas sin cortes o cicatrices en VARICENTRO