

Embarazo

Un 20% más de sangre en el cuerpo



Embarazo

Con el primer embarazo, cerca de la mitad de las mujeres sufren varices. Con el segundo todavía hay más afectadas.

Y además, aumenta el riesgo de obstrucción venosa: comparadas con las mujeres que no están embarazadas, las embarazadas tienen un riesgo de trombosis de tres a cinco veces superior. Hasta seis semanas después del nacimiento del bebé el riesgo de trombosis sigue aumentando, sobre todo tras una cesárea o graves pérdidas de sangre.

Las causas del aumento de casos de afecciones venosas son los cambios hormonales y el incremento de la cantidad de sangre, cerca de un 20% desde el principio del embarazo. El aumento de peso también aumenta la presión sobre las venas de las piernas. Además, el útero que va creciendo y la cabeza del bebé presionan sobre las venas pélvicas y son un obstáculo para el flujo de sangre hacia el corazón. Cuanto mayor sea el vientre con el bebé, más pesada y menos ágil se sentirá. Es decir, la bomba de las articulaciones y los músculos se activará menos.

Incluso en las mujeres que hasta entonces no habían mostrado ningún indicio de debilidad venosa, este sobreesfuerzo puede tener consecuencias. Las piernas se hinchan y se forman las denominadas varices del embarazo que a menudo desaparecen tras el nacimiento del niño, aunque no siempre. Precisamente entre las mujeres que presentan algún factor de riesgo adicional (p. ej. una debilidad congénita del tejido conjuntivo o sobrepeso) no es raro que el embarazo sea el inicio de una enfermedad venosa crónica.

Prevención con compresión

Llevando medias de compresión pueden prevenirse las afecciones venosas durante el embarazo. Para ello bastan las de la clase de compresión 1. Si ya existen problemas venosos o importantes depósitos hídricos, también se puede recurrir a la clase de compresión 2. Estas medias deben llevarse desde el tercer mes del embarazo hasta dos meses después del parto o hasta el final de la lactancia.

Si es necesario, en el hospital o en la clínica también adoptarán otras medidas para prevenir una posible trombosis, que consisten en medias de compresión especiales (medias para tromboprofilaxis), gimnasia y quizá un tratamiento con anticoagulantes. Si va a dar a luz en casa o mediante un "parto ambulante" hable con antelación suficiente con su médico sobre posibles medidas de prevención.

Unas piernas gruesas durante el embarazo también pueden ser un indicio de un síndrome de Hellp o una preeclampsia. En cualquier caso, consúltelo con el médico que la trate.