



## Piernas pesadas: Visión estética / Visión vascular

**“Es imprescindible el diagnóstico diferencial entre linfedema y lipedema”**

53  
salud  
estética  
abril '10

Las piernas pesadas son uno de los síntomas más frecuentes entre las afecciones vasculares de las piernas. Hoy en día existe mucha publicidad para esta prevención. ¿Pero los resultados son realmente eficaces? ¿Qué se entiende por “piernas pesadas”? ¿Cuáles son sus causas? ¿Son sólo circulatorias? Hemos abordado este tema de la mano de la doctora Maya Gracia, angióloga y médico vascular (formada en Francia) y por tanto, con un ajustado criterio preventivo en dolencias vasculares, y con la doctora Rosa M<sup>a</sup> García Fernández, especialista en Medicina Estética y receptora en primer término de este tipo de pacientes que acuden con piernas pesadas, pero con otras patologías adyacentes como obesidad o síndrome metabólico.

Por: M.D. Muntané

Los síntomas de las piernas pesadas son el cansancio, la tirantez, los calambres y hasta dolor en casos extremos, pero antes del dolor siempre aparece la fatiga. Y es preciso dilucidar si estamos ante unas piernas pesadas con edema o sin él y si esta pesadez es funcional como consecuencia de un trabajo que obliga a estar muchas horas de pie, o bien se trata de un problema subyacente: de carácter primario y local como una insuficiencia venosa o linfática (cuestiones a dilucidar), o bien se trata de un trastorno de carácter secundario y origen sistémico en base a: una insuficiencia cardiaca o tiroidea, un desequilibrio hormonal, una insuficiencia renal o hepática o una hipoproteinemia. Y por último, la historia clínica podría llevarnos a asociar esta circunstancia a un fármaco responsable de esta insuficiencia venosa o linfática o causante del propio edema.

Hecha esta premisa, entramos en el tema, complejo en sí mismo, porque hay asuntos que se entremezclan con esta patología, y además, hay que dilucidar que los síntomas asociados a las piernas pesadas pueden ser sólo un complemento de otra importante patología de base, por ejemplo, una mala dieta, la obesidad, o ésta junto con hipertensión, hipercolesterolemia e hiperglucemia, o acaso, todas ellas juntas apellidadas en su suma “síndrome metabólico”.

### **Obesidad frente a insuficiencia venosa**

Uno de estos asuntos difíciles de abordar es la obesidad como causa remota que se asienta en el peso que los pies y piernas han de aguantar sin estar preparados para ello. Y en algunos casos, la mala circulación es un agente complementario sin ser vital, porque con el adelgazamiento se supera casi toda la sintomatología, uno de ellos la retención de líquidos, causa central del edema de las extremidades inferiores y de la sensación de “piernas pesadas”.

