

**Dr. Lourenço Castro e Sousa**

## **Doença venosa crónica e “varizes”- uma perspectiva geral**

### **Introdução**

As conhecidas "varizes" são uma forma de apresentação da doença venosa crónica, que poderá afectar até 2 milhões de pessoas no nosso país. As mulheres são afectadas mais que os homens, numa proporção que pode ir até 4 mulheres por cada homem.

Esta doença é causadora, dependendo da sua gravidade, de várias manifestações que interferem de forma muito significativa com o bem-estar físico do paciente, que não raras vezes revela queixas como dores ou sensação de peso nas pernas, que condicionam a qualidade de vida do seu dia-a-dia.

Para além disso, no contexto actual do mundo em que vivemos, em que existe uma preocupação crescente com a aparência estética, verifica-se ainda um recurso progressivamente maior à ajuda dos profissionais de saúde para a resolução das deformidades causadas pela doença venosa, que frequentemente provocam complexos que interferem com a auto-estima, auto-confiança e bem-estar psicológico dos doentes.

Nessa perspectiva, é muito importante o conhecimento profundo dos mecanismos relacionados com a doença, das suas diferentes formas de apresentação, o domínio das técnicas de diagnóstico complementar e ainda a capacidade de oferecer a alternativa terapêutica mais adequada a cada caso em particular. Esta é a única forma possível de se conceber cabalmente o tratamento do doente com varizes, perspectivando uma resolução duradoura das queixas apresentadas pelos pacientes.

### **Mecanismos da doença**

O aparecimento desta doença deve-se, fundamentalmente, a alterações da estrutura e funcionamento das veias, cujas válvulas deixam de funcionar, ficando assim "insuficientes", induzindo uma hipertensão venosa, que por sua vez desencadeia uma série de acontecimentos que provocam as manifestações associadas à doença.

Existem 3 tipos de causa para as varizes:

**Congénita:** varizes que estão presentes desde o nascimento, que se associam frequentemente a malformações;

**Primária:** é o tipo mais frequente. São varizes que aparecem mais tardiamente no curso da vida e devem-se a factores nem sempre conhecidos. Há, no entanto vários factores de risco, que não sendo determinantes, podem contudo predispor ao seu aparecimento;

Secundária: são varizes que aparecem após alguma alteração provocada ao sistema venoso que interferiu com a sua drenagem, como trombozes venosas ou traumatismos prévios.

### Modo de apresentação

As manifestações podem ir desde umas alterações do sistema venoso ao nível das camadas superficiais da pele (as telangiectasias ou "aranhas vasculares"), até à apresentação mais grave, que consiste na ulceração da pele, causadora de um grande sofrimento aos doentes.

De acordo com a classificação CEAP, que é a mais aceite no contexto internacional, podemos encontrar 6 classes de apresentação clínica:

C1- Telangiectasias ou veias reticulares (as denominadas "aranhas vasculares")

C2- Veias varicosas ou "varizes" (uma tumefacção provocada pelas veias superficiais de maior calibre debaixo da pele)

C3- Edema (ou inchaço do membro)

C4- Lipodermatoesclerose (corresponde a alterações da superfície da pele, que fica enegrecida, frágil e retraída)

C5- Úlcera cicatrizada

C6- Úlcera activa

Independentemente da forma como os membros se apresentam, as queixas de sofrimento reveladas pelos doentes são muito variáveis, e podem evoluir desde a ausência completa de queixas, até uma dor constante que provoca alterações insuportáveis da qualidade de vida. Naturalmente que quanto mais grave for a classe de apresentação, maior a probabilidade de haver sintomas mais intensos.

### Diagnóstico

A capacidade de identificar a doença e de a caracterizar devidamente depende muito da experiência do médico que vai examinar o doente.

A avaliação no consultório reveste-se de uma grande importância, porque é necessário não só abordar o problema das varizes em si, mas também todos os hábitos diários e os vários factores de risco que podem associar-se à doença, de forma a poder modificá-los e assim promover uma resposta melhor ao tratamento que se efectuar.

Para além do exame do doente, deverão ser realizados estudos complementares de diagnóstico, que podem ser de diferentes tipos.

Presentemente, o método diagnóstico auxiliar mais frequentemente utilizado é o ecodoppler venoso, um instrumento que revolucionou o estudo desta doença, por ser de fácil acesso e por não ser invasivo, dando ainda uma quantidade de informação muito valiosa para se equacionar um tratamento de forma eficiente.

Outros métodos de avaliação podem ainda ser utilizados, mas devem ser reservados para situações mais particulares, e deverão ser escolhidas pelo clínico quando essa indicação se colocar.

## Tratamento

As varizes têm 3 tipos fundamentais de tratamento:

### **Tratamento médico ou conservador**

Alterações da vida diária e controlo dos factores de risco: é fundamental evitar a utilização de roupa que seja apertada na região abdominal, evitar passar muito tempo em pé ou o uso de saltos altos, evitar as fontes de calor, promover o exercício físico regular, a elevação dos membros, uma dieta equilibrada para evitar a obesidade, entre outros aspectos, que deverão ser personalizados caso a caso;

Contenção elástica: é, porventura, um dos aspectos mais importantes do tratamento e associadamente aquele que menos aceitação e adesão tem por parte dos doentes, sendo o que é alvo de maior incumprimento. É fundamental que se promova o esclarecimento adequado ao doente, de forma a não correr o risco de ver este aspecto desconsiderado. O conhecimento dos vários tipos de meia de contenção, bem como da apropriação para cada caso em particular são muito importantes para promover a adesão dos doentes a este tratamento, tão importante para um bom resultado do tratamento;

Medicamentos: existem vários tipos de fármacos utilizados para o tratamento da insuficiência venosa. É no entanto importante esclarecer que estes medicamentos devem ser utilizados criteriosamente e encarados mais como um complemento ao tratamento do que como um tratamento propriamente dito.

### **Tratamento cirúrgico**

Cirurgia convencional: consiste na remoção cirúrgica das veias insuficientes. Há várias técnicas para o fazer e as indicações devem ser feitas caso a caso, tendo em conta as particularidades de cada doente;

Técnicas endovasculares (laser, radiofrequência, ablação mecânico-química): são técnicas mais recentes e menos invasivas, que podem ser realizadas frequentemente sob anestesia local, sem necessidade de internamento, e que se têm apresentado como alternativas muito valiosas no tratamento destes doentes.

### **Escleroterapia**

Consiste na introdução de uma substância (esclerosante) que tem como função a "destruição" da veia em que é injectada, com o intuito de promover o seu desaparecimento. É feita essencialmente nas telangiectasias ("aranhas vasculares") e é conhecida na terminologia não médica como "secagem de veias".

Tendo em conta os esclarecimentos prestados, podemos facilmente compreender que as varizes,

em muitos casos, podem ser causadoras de um grande sofrimento por parte dos doentes.

Se for realizado um estudo aprofundado e personalizado, podemos definir uma estratégia de tratamento que nos permitirá fazer a selecção das melhores alternativas, que, se forem aplicadas adequadamente a cada caso, poderão contribuir para um alívio muito significativo das queixas que estes doentes apresentam. Assim, ficam reunidas as condições ideais à obtenção de uma enorme melhoria da qualidade de vida, quer no aspecto da saúde física, quer também no aspecto psicológico, em que se associa o aumento da auto-estima e da confiança, nos casos particulares em que coexistem problemas de ordem estética.