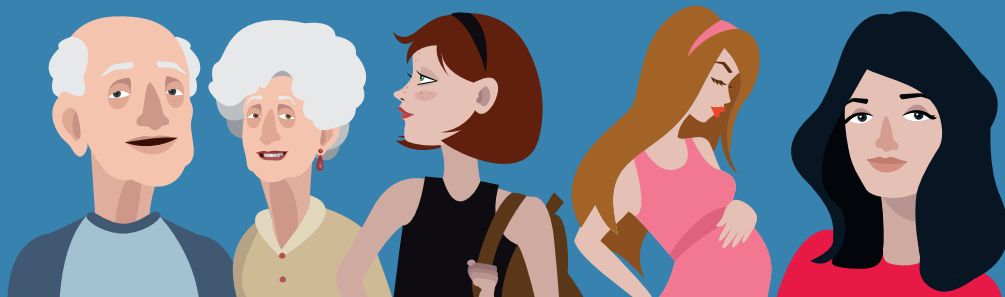


VARIZES

Veias superficiais anormais, dilatadas, cilíndricas, tortuosas e alongadas, com alteração da circulação venosa, geralmente nas pernas.



Mais comum nos idosos, podendo aparecer em todas as idades.
Mais comum nas mulheres.



SINAIS/SINTOMAS:

- Veias visíveis (azuis), distorcidas e protuberantes
- Veias proeminentes (em pé)
- Dores na perna (após muito tempo em pé)
- Pernas cansadas
- Pernas pesadas
- Sensação de inchaço e queimação



FATORES DE RISCO:

- Gestação
- Obesidade
- Imobilidade (muito tempo sentado ou em pé)
- Sedentarismo
- Fatores genéticos



PREVENÇÃO:

- **CHECKUP VASCULAR**
- Mudar de posição com frequência
- Elevar as pernas
- Usar meias compressivas
- Exercícios físicos regulares
- Alimentação saudável



COMPLICAÇÕES:

- Formação de coágulos
- Feridas nas pernas
- Mudança na cor da pele
- Pele fina e frágil