

# Caribbean Vascular Center

909 Avenida Tito Castro, Torre Médica San Lucas, Suite #602, Ponce, Puerto Rico 00716

Tel: 787-651-1429/787-290-1432/787-840-4430 / Fax: 787-651-1430 / Email: caribevasc@yahoo.com



## EFFECTOS DE LA COMPRESIÓN

### (MEDIAS ELASTICAS)

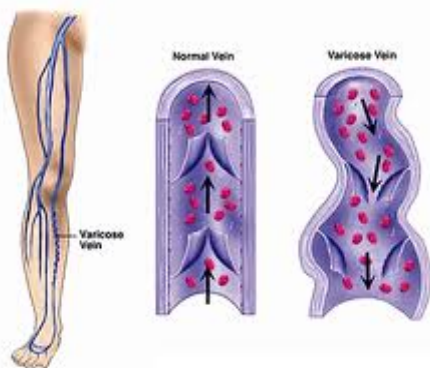
**Ejercer una presión externa gradual y mantenida con el objetivo de:**

- Favorecer el retorno venoso.
- Elimina el líquido intersticial (reducción del edema).
- Disminuir la hipertensión venosa en el sistema superficial y profundo.
- Potenciar la actividad de la musculatura de la pantorrilla.



## PARA MEJORAR LA ENFERMEDAD VENOSA, USTED NECESITA:

- Utilizar la media de compresión diariamente.
- Se recomienda realizar ejercicios diarios. (caminar)
- Evitar periodos prolongados de pie o sentado.
- Se debe realizar una elevación de las piernas intermitentemente durante el día. En el caso de tener que permanecer de pie, durante periodos prolongados, efectuar paseos cortos y frecuentes.
- Mantener un peso adecuado. Se debe insistir en el aporte de fibra, líquidos y proteínas.
- Aplicar en la noche al acostarse una crema hidratante para impedir la formación de grietas, picor y dermatitis venosa.
- De no usar medias elasticas apropiadamente pueden desarrollarse úlceras venosas y necesita "Unna's Boot"



Nota: Favor comuníquese con su médico si encuentra que es necesario o surge alguna duda al tratamiento.

## MANEJO DE ÚLCERA VENOSA

### TRATAMIENTO COMPRESIVO (UNNA'S BOOT)

El vendaje en la úlcera venosa tiene como objetivo, reducir el edema mejorando el retorno venoso. El tratamiento principal de la úlcera venosa crónica incluye terapia compresiva de múltiples capas, ejercicio y elevación de la pierna en el reposo. La presión óptima que debe ejercer el vendaje oscila entre 30 y 40 mmHg a nivel del tobillo, debiendo disminuir gradualmente a medida que se asciende por la pierna para favorecer la acción de bombeo que ejercen los músculos de la pantorrilla. El vendaje se mantiene por 7 días. Se remueve en oficina y se vuelve aplicar semanalmente hasta que la úlcera sane.

**UN 80% DE LAS  
ÚLCERAS VENOSAS  
RECIBE UN  
TRATAMIENTO  
INADECUADO YA QUE  
NO SE COMPRIMEN**