

## TROMBOSIS VENOSA PROFUNDA Y SÍNDROME POSTROMBÓTICO

Cuando se forma un coágulo de sangre en una vena profunda del cuerpo, se le llama trombosis venosa profunda (TVP). Esta situación ocurre con mayor frecuencia en las piernas y puede convertirse en un problema serio si no se detecta y trata a tiempo. Una complicación común de la TVP es el síndrome postrombótico, que se presenta cuando el coágulo daña las válvulas de la vena afectada. Esto provoca un aumento en la presión venosa, lo que a largo plazo puede causar hinchazón persistente, cambios en la piel y formación de úlceras dolorosas, sobre todo en la zona del tobillo. Las manifestaciones clínicas del síndrome postrombótico son muy similares a las de la enfermedad venosa crónica, por lo que es importante vigilar su aparición después de una TVP.



### Factores de riesgo para la TVP

- Alteraciones en la coagulación de la sangre (trombofilias)
- Permanecer inmóvil por largos periodos (hospitalización prolongada, parálisis, viajes)
- Cirugías recientes o traumatismos
- Embarazo y uso de anticonceptivos orales
- Obesidad o sobrepeso
- Estancia prolongada en cama o sedentarismo
- Cáncer o tratamiento oncológico

### Signos y síntomas de alerta

Los síntomas de la TVP pueden aparecer de manera repentina o progresiva:

- Hinchazón en una pierna o brazo (usualmente en la pantorrilla)
- Dolor tipo calambre o sensación de presión dolorosa
- Enrojecimiento o coloración azulada de la piel
- Aumento de la temperatura en la zona afectada

Si usted presenta estos síntomas, debe acudir de inmediato a revisión médica.

### ¿Cómo se diagnostica?

El médico hará una exploración física y puede solicitar:

- **Ultrasonido Doppler venoso:** para visualizar el flujo de sangre en las venas.
- **Examen de sangre (Dímero D):** detecta fragmentos del coágulo en una muestra de sangre.
- En casos especiales, puede requerirse una venografía o estudios más avanzados.

## Tratamiento de la TVP

El objetivo principal es evitar que el coágulo crezca o se desplace a los pulmones (embolia pulmonar). El tratamiento puede incluir:

- **Anticoagulantes orales o inyectados:** previenen la extensión y la formación de nuevos coágulos.
- **Medias de compresión graduada:** reducen la hinchazón y mejoran la circulación
- **Elevación de las piernas y ejercicio moderado:** ayudan a reducir los síntomas

## ¿Qué es el síndrome postrombótico?

Es una complicación crónica de la TVP causada por el daño residual en las venas afectadas por el coágulo. Este daño interfiere con el correcto retorno de la sangre, provocando síntomas que pueden persistir por meses o años.

## Síntomas del síndrome postrombótico

- Hinchazón prolongada de la pierna
- Dolor o pesadez al estar de pie
- Cambios en el color o textura de la piel (endurecimiento, manchas oscuras)
- Aparición de úlceras cerca del tobillo

## Prevención

- Realice movilizaciones frecuentemente si está en cama o sentado por largo tiempo
- Mantenga un peso saludable
- Evite fumar, ya que el tabaco aumenta el riesgo de formar coágulos
- Use medias de compresión si su médico las indica
- Realice actividad física regular (caminar diariamente ayuda mucho).

Si usted ya presentó una trombosis venosa profunda, es clave mantener el seguimiento médico, continuar con el tratamiento anticoagulante por el tiempo indicado, y estar atento a cualquier cambio en sus piernas. Así se pueden prevenir nuevas complicaciones y mejorar su calidad de vida.

