

# VARICES ¿Cómo PREVENIRLAS?

Es un problema que afecta tanto a hombres como a mujeres a determinadas edades, y por varios motivos...

## PRODUCTOS QUE OFRECE CASA DEL ALOE



¿Qué se puede hacer  
para mitigarlas?

Accede a nuestro apartado  
de trucos y consejos  
para obtener más información

[www.CasadelAloe.com](http://www.CasadelAloe.com)

Las varices son alteraciones de las venas que cambian de forma haciéndose más gruesas y largas debido a una mala circulación, es un problema que afecta tanto a hombres como a mujeres a determinadas edades, por trabajos donde se está mucho tiempo de pie y también puede haber una tendencia genética a padecerlas, suelen ser antiestéticas y con los años pueden volverse peligrosas en determinados casos, siendo necesaria una intervención quirúrgica para corregir esas deformidades. Pueden aparecer en cualquier sitio, pero lo más corriente son las piernas.

### ¿Cómo se pueden desarrollar?

A parte de la tendencia genética, también hay ciertos hábitos y trabajos que favorecen la aparición con el tiempo de las varices:

**La obesidad:** es un factor de riesgo, se necesita mayor presión en las venas para que llegue el aporte sanguíneo necesario, este exceso de presión arterial luego ha de ser drenado por las venas en la circulación de retorno, esto favorece la sobrecarga y el inicio precoz de estas.

**El sedentarismo:** al no hacer ningún tipo de ejercicio los músculos no favorecen el retorno de la sangre venosa, esto provoca con el tiempo la aparición de las varices.

**Trabajos prolongados de pie:** suelen ser trabajos donde se permanece mucho tiempo de pie inmóvil, esto no favorece el retorno de la sangre venosa y se pueden producir varices.

**Los anticonceptivos orales:** favorecen la retención de líquidos, esto hace que las válvulas de las venas reticulares fallen, muchas mujeres ven que coincidiendo con la toma de anticonceptivos, empezaron a desarrollar telangiectasias (arañitas superficiales).

### ¿Qué se puede hacer para mitigarlas?

Uno de los remedios caseros que se usan mucho y es efectivo para prevenir las varices son los masajes con vinagre de manzana, se humedece un trapo y se procede a masajear durante unos minutos las piernas con el trapo para conseguir aumentar el riego sanguíneo en las piernas, suelen ser efectivos como prevención.

Otro remedio casero muy efectivo es el uso de Aloe Vera, se puede usar la planta misma quitando la corteza y limpiando bien el gel, masajear la piernas para que mejore la circulación sanguínea. También se puede usar cualquier gel puro comercial para conseguir el mismo efecto. El Aloe Vera favorece la circulación sanguínea, su acción antiinflamatoria gracias a los [esteroles](#), antiinflamatorios naturales. El colesterol, el B-sitosterol, campesterol y lupeol.

También es muy importante hacer ejercicio, tener una alimentación equilibrada, porque se han visto en estudios clínicos que son factores importantes para evitar su aparición. Una vez que han aparecido poder quitarlas es por tratamientos quirúrgicos, medios para evitar la retención de líquidos, etc.... pero es un tema para consultar con el especialista, nuestra entrada trata de ser preventiva mas que una solución que las pueda erradicar una vez manifestadas, aunque sirve también para evitar la aparición de nuevas varices.

Fuente: Aloe-Vera.es

Productos que recomienda **CASA DEL ALOE**, para prevenir y aliviar las varices



### 1) Biogel Plant Extract 300ml. Gel refrescante multiusos.

Indicaciones: quemaduras leves de tipo, estrías, piernas cansadas, manchas oscuras y cuidado del cuero cabelludo.

No contiene aroma.

### 2) Aloe Gel Puro 99% 250ml.

El Gel 99% de Maxaloe ha sido elaborado cuidadosamente en frío a partir de hojas enteras de aloe. Su alto contenido en aminoácidos, vitaminas, minerales, enzimas y otros agentes activos hacen que este gel aporte numerosos beneficios a la piel.

A efectos dermatológicos, es anti-inflamatorio, cicatrizante, estimula la producción de colágeno y de las fibras de elastina. Por ello, actúa como factor antienvjecimiento.

### 3) Gel Anticelulítico Baba-Aloe 250ml.

Rápida absorción. Remueve los cúmulos de grasa que asientan bajo la piel. Compuesto con un gran contenido de vitaminas y aminoácidos. Las babas extraídas para este gel proviene de caracoles que se alimentan durante un periodo con aloe vera de Canarias.

### 4) Gel Muscular Frío-Calor 250ml

Combinación refrescante y relajante que gracias a sus ingredientes, (aloe vera, mentol, árnica y harpa-gofito) crea un efecto shock la cual relaja y alivia las tensiones musculares a la vez que activa la circulación.

Modo de Empleo: Aplicar en la zona afectada mediante suave masajes.

Uso Tópico. Evitar el contacto con los ojos, zonas íntimas y heridas.

### 5) Gel Pies y Piernas Cansadas 250ml

Gel hidratante y refrescante a base de aloe vera, ciprés y castaños de indias. Formulado para el cuidado de piernas y pies cansados. Activa la circulación y relaja - proporcionando una agradable sensación de alivio y bienestar.

Modo de Empleo: Aplicar mediante movimiento ascendentes.

Uso tópico. Evitar contacto con los ojos, zonas íntimas y heridas.