

## MEDIAS DE COMPRESIÓN ELÁSTICA

**Las medias de compresión elástica**, mejoran las molestias y la hinchazón de las piernas con varices. Aplican una presión decreciente desde el tobillo hasta la cintura o rodilla. Están **indicadas** en algunos pacientes con insuficiencia venosa crónica o varices, según indicación médica.

**La indicación de cada clase** guarda relación directa con la severidad de la enfermedad, a mayor sintomatología o gravedad de las complicaciones. Según el grado de compresión ejercido a nivel del tobillo, se clasifican en:

Grado de compresión*	Indicaciones
<b>Ligera-Moderada</b> (8-17 mm Hg)	Varices de pequeño tamaño o escasamente sintomáticas.
<b>Normal</b> (22-29 mm Hg)	Varices con síntomas. Prevención de la aparición o recurrencia de úlceras venosas.
<b>Fuerte</b> (30-40 mm Hg)	Tratamiento del Síndrome Post-flebítico, linfedema, úlceras venosas. Insuficiencia venosa crónica muy sintomática.

\* El grado de compresión se refiere a la presión en mm Hg ejercida a nivel del tobillo.

Las medias de compresión normal y fuerte están financiadas por el Sistema Nacional de Salud, pero las medias de compresión normal necesitan el visado de inspección médica.

Es fundamental adaptar **la talla** de media a cada paciente, siguiendo las indicaciones de cada fabricante, para evitar que la media actúe como un torniquete por estar demasiado apretada o que sea ineficaz por no aplicar suficiente presión.

**El paciente ha de ser advertido** de que las medias ha de ponérselas **antes de levantarse de la cama**, momento en que las venas de las piernas estarán menos llenas.

### CONTRAINDICACIONES DE LAS MEDIAS ELÁSTICAS

#### ABSOLUTAS.

- Isquemia arterial de extremidades inferiores.
- Dermatitis (alérgica o séptica)
- Artritis reumatoide en fase aguda
- Hipersensibilidad o alergia al tejido

#### RELATIVAS.

- Insuficiencia cardiaca inestable
- Hipertensión arterial.
- Normalmente se emplean durante todo el día con la mayor compresión tolerada por el paciente.