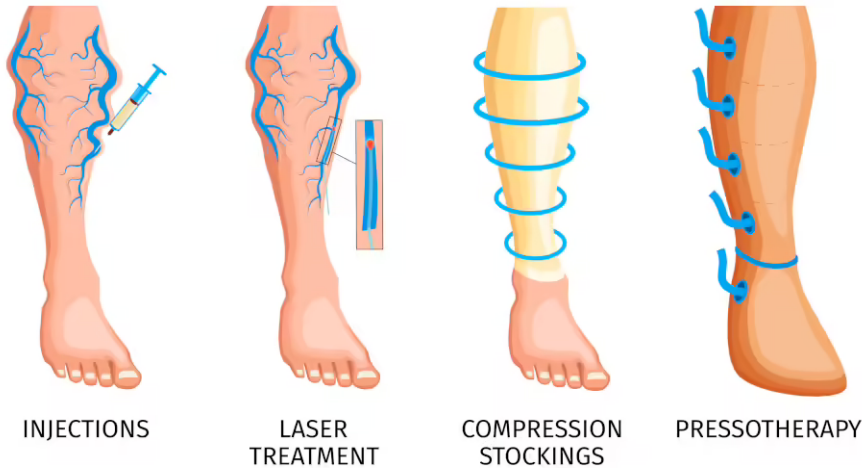


Remédio Caseiro

# Varizes: entenda, previna e trate de forma natural



[www.remediocaseiro.blog.br](http://www.remediocaseiro.blog.br)



macrovector | Freepik

## Varizes: entenda, previna e trate de forma natural

As varizes são um problema vascular comum que afeta homens e mulheres de todas as idades. Neste artigo, exploraremos o que são varizes, seus sintomas, causas, tratamentos convencionais e opções naturais, como o uso de plantas e remédios caseiros.

### O que são varizes?

Varizes são veias dilatadas e tortuosas que geralmente ocorrem nas pernas e pés. Essas veias dilatadas são causadas por uma má circulação sanguínea, resultando em acúmulo de sangue e pressão nas veias, levando à sua dilatação.

### Sintomas de varizes

Os sintomas das varizes podem variar, mas os mais comuns incluem:

1. **Veias visíveis:** Veias azuladas ou roxas que são claramente visíveis na superfície da pele.
2. **Sensação de peso ou dor nas pernas:** Muitas pessoas com varizes experimentam sensação de peso ou dor nas pernas,

Varizes: entenda, previna e trate de forma natural

especialmente após longos períodos em pé ou sentado.

3. **Inchaço:** As varizes podem causar inchaço nas pernas e tornozelos devido à acumulação de fluido.
4. **Coceira ou queimação:** Algumas pessoas relatam coceira ou queimação ao redor das varizes.

## Quais as causas de varizes?

Diversos fatores podem contribuir para o desenvolvimento de varizes, incluindo:

1. **Genética:** A predisposição genética desempenha um papel significativo. Se membros da família têm varizes, há maior probabilidade de desenvolvê-las.
2. **Idade:** O envelhecimento enfraquece as válvulas das veias, comprometendo o fluxo sanguíneo.
3. **Gravidez:** A pressão sobre as veias pélvicas durante a gravidez pode levar ao desenvolvimento de varizes.
4. **Obesidade:** O excesso de peso coloca mais pressão nas veias, aumentando o risco de varizes.
5. **Estilo de vida sedentário:** A falta de atividade física pode comprometer a circulação sanguínea.

## Quais os tratamentos para varizes?

O tratamento das varizes pode envolver diferentes abordagens, dependendo da gravidade do caso. Alguns tratamentos comuns incluem:

1. **Escleroterapia:** Injeção de uma substância que fecha as veias afetadas.
2. **Ablação a laser:** Uso de laser para fechar as veias doentes.
3. **Cirurgia de remoção de veias:** Em casos mais graves, a remoção cirúrgica das veias afetadas pode ser necessária.
4. **Meias de compressão:** O uso de meias de compressão ajuda a melhorar a circulação nas pernas.

## Fitorerapia e varizes

A fitoterapia oferece opções naturais que podem auxiliar no

Varizes: entenda, previna e trate de forma natural

tratamento de varizes. Algumas plantas conhecidas por suas propriedades benéficas incluem:

1. **Castanha-da-Índia:** Fortalece as paredes das veias, melhorando a circulação.
2. **Ginkgo Biloba:** Possui propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias que favorecem a circulação sanguínea.
3. **Hamamélis:** Atua como adstringente e anti-inflamatório, auxiliando na redução da inflamação das veias.

## Remédio caseiro para varizes

Além do uso de plantas, remédios caseiros podem ser úteis no alívio dos sintomas das varizes. Um remédio caseiro simples envolve a elevação das pernas, várias vezes ao dia, para facilitar o retorno venoso. Além disso, compressas frias podem ajudar a reduzir o inchaço.

## Conclusão

Entender as varizes, seus sintomas e causas é crucial para adotar uma abordagem abrangente no tratamento.

Gostou de leitura? Aproveite e veja [5 chás para emagrecer e rápido e como prepará-los](#)

**IMPORTANTE:**

As informações contidas neste artigo têm caráter unicamente informativo e não podem e nem devem ser utilizadas como substitutas ao diagnóstico médico ou mesmo substitutas ao aconselhamento de um profissional da saúde.