



JOANA  
DE CARVALHO  
Cirurgiã  
Vascular

**A**NTES que chegue o tempo quente e a vontade de começar a usar saia e calções, ou ir para a praia, já pensou em livrar-se daquela veia ou derrame que a leva a esconder as pernas debaixo de calças ou vestidos compridos? Se ainda está presa nas memórias da sua mãe ou tia, que lhe contam que quando foram operadas às varizes sofreram horrores e ficaram com as pernas cheias de marcas, fique a saber que em 2019 tudo está diferente e o campo da cirurgia

**A doença venosa crónica afeta cerca de 20 a 25 por cento da população nacional, e não se pense que só no sexo feminino faz "vítimas". Saiba tudo sobre a novidade que agora chega a Portugal.**

vascular não é exceção! Hoje em dia há técnicas tão inovadoras e nada invasivas que parecem retiradas de um livro de ficção científica.

### **Hormonas e gravidez as principais culpadas**

A inovação chama-se CLaCS (Cryo-Laser e Cryo-Sclerotherapy). Um nome difícil de pronunciar que, na verdade, chegou para simplificar a forma como

Esta intervenção elimina até os vasos mais pequenos

## **A MÉDICA RESPONDE**

### ◆ **Que inovação é esta que chegou no início de 2019 a Portugal?**

É um tratamento estético inovador para tratar veias e "derrames" nas pernas. Este método combina duas técnicas: a aplicação de laser na pele e a "secagem" dos "vasinhos", de modo a obter um resultado mais rápido e com menos efeitos indesejáveis.

### ◆ **Mas de que forma e como sabe o laser onde atuar?**

Com a utilização de tecnologia de realidade aumentada, por meio de infravermelhos, permitindo o tratamento, sob visualização direta, das veias que alimentam os "vasinhos/derrames" mas que

não são evidentes a "olho nu" (aumentando assim a eficácia e o caráter mais definitivo da terapêutica). Em simultâneo, é aplicado um fluxo contínuo de ar gelado, o que potencia o efeito.

### ◆ **Qual a principal diferença entre este método e os outros mais "tradicionais"?**

Há várias diferenças, a começar pelo método em si, que neste caso utiliza tecnologia de realidade aumentada (permitindo tratar a "raiz" do problema), tecnologia laser e ar gelado. Além disso, permite tratar o máximo de vasinhos numa única sessão, de modo a antecipar o resultado





COM UM MÉTODO INOVADOR QUE RECORRE À REALIDADE AUMENTADA

# TRATAR AS VARIZES É MAIS FÁCIL E RÁPIDO



encaramos os derrames e pequenos vasos. Desde o início do ano está disponível no Porto (por enquanto) a solução atualizada para a doença venosa que, só em Portugal, afeta cerca de 20 a 25 por cento da população, sendo o sexo feminino o mais atingido

numa proporção de dois para um; resultados estes devido à influência hormonal e, também, à gravidez. A solução terapêutica que lhe damos a conhecer chegou à Península Ibérica, mais concretamente ao Porto, pela mão da cirurgiã vascular Dra. Joana de Carvalho. Mas quais são, afinal, as novidades? A cirurgiã vascular explica que **“desta forma tornou-se**

**possível tratar veias que, por serem salientes, teriam que ser removidas em cirurgia e secar pequenos vasos que, por serem muito fininhos, não poderiam ser tratados com a usual secagem”**. Para além disso, atua na “raiz” do problema, recorrendo à realidade aumentada (ver caixa O que é o CLaCS), diminuindo a possibilidade

cosmético. É, ainda, um tratamento sem risco de reações alérgicas e com uma probabilidade excecionalmente baixa de manchar a pele (em comparação com a escleroterapia usual).

◆ **Dá para veias mais grossas? E para os derrames também?**

Este tratamento é para vasinhas e derrames. Permite, de facto, tratar veias salientes que de outro modo teriam que ser cirurgicamente removidas. Contudo, as varizes mais grossas terão que ser previamente eliminadas com

algum tipo de intervenção cirúrgica minimamente invasiva (muitas vezes tal é possível ao mesmo tempo).

◆ **Por ser menos invasivo, a recuperação é mais fácil?**

Este tratamento não implica qualquer alteração da rotina diária. Não obriga a repouso nem ausência laboral.

◆ **A paciente tem de ficar internada?**

De modo algum! É feito em ambulatório, como se viesse para uma consulta. Não necessita de qualquer preparação prévia específica.

*Sabia que as varizes causam desconforto, dor, comichão e a sensação de pernas pesadas?*





de voltarem a aparecer. É certo que já anteriormente e através de outros métodos mais invasivos, era possível tratar veias, vasinhos e derrames nas pernas; a revolução, como nos explica a Dra. Joana Carvalho passa pela duração. **“As doentes já não têm de picar as pernas semanalmente, ou a cada duas semanas, muitas vezes durante anos. É utilizada tecnologia avançada que permite ver e tratar as veias que alimentam os vasinhos”**. Ou seja, é um tratamento mais eficaz e duradouro por tratar a “origem” do problema. A aplicação do laser e a

## ADEUS VEIAS que não a dei



secagem é guiada com imagem de realidade aumentada, gerada por infravermelhos, sendo possível, muitas vezes, ver o

“encolhimento” imediato da veia. É, ainda, feito com aplicação contínua de um fluxo de ar gelado pelo que o desconforto é

### A MÉDICA RESPONDE

◆ **Quanto tempo demora o procedimento?**

A sessão pode ir de meia a duas horas, dependendo da quantidade de veias a tratar. Contudo, o tempo passa rápido entre conversas com a equipa. Pode também ouvir música, ler ou consultar o telefone ou *tablet*! O ambiente é descontraído durante todo o tratamento.

◆ **Que cuidados tem de ter no pós-operatório?**

Não se pode chamar “pós-operatório” pois não se trata de uma cirurgia. A seguir ao tratamento pode fazer vida normal. Recomendo aplicação de um creme para nódoas negras, ou equivalente, em algumas zonas que possam ficar com equimoses (“pisaduras”).

◆ **Existem contraindicações?**

Desde que após uma avaliação de cirurgia vascular tenha indicação para este tratamento, não há contraindicações.

◆ **Este tratamento dura para sempre?**

A doença venosa é uma doença crónica. Nenhum tratamento de veias e derrames tem um resultado completamente definitivo. Contudo, ao tratar “a origem” do problema, este método permite resultados mais duradouros. Pelo nosso ambiente hormonal, muitas vezes acrescido de toma de anticoncepcional oral ou gravidezes, temos tendência a desenvolver estes vasinhos. Como costume dizer, “o truque” é ir tratando à medida que vão aparecendo. Assim, pode ser necessária uma manutenção a cada um ou dois anos.





## Não tem medo de usar saias



VEIAS VARICOSAS

- ▶ São de cor azul ou verde
- ▶ Mais grossas e com protuberâncias
- ▶ Provocam dores e espasmos

## Trocado por miúdos

A crioescleoterapia é uma escleroterapia que é realizada com um líquido a menos 40 graus. Ou seja, associando a ação do gelo (que é física) e uma ação química para levar a destruição do vaso varicoso e uma posterior absorção do mesmo. Já o laser, através da emissão de uma energia, também irá destruir a parede do vaso doente, levando a uma reação inflamatória e posterior desaparecimento também. Quando conseguimos associar as duas técnicas, temos um efeito mais eficiente com doses menos agressivas ao organismo.

minimizado, ao mesmo tempo que a eficácia é aumentada. Para além do conforto e eficácia, é um tratamento sem risco de

reações alérgicas e com uma probabilidade baixa de manchar a pele (em comparação com a escleroterapia mais usual).

### CONTACTO ÚTIL

Endereço: Av. da Boavista 117,  
4050-036 Porto  
Telefone: 227 664 982

### ◆ Posso fazer desporto quanto tempo depois?

Dependendo do desporto, pode fazer logo no dia seguinte. Contudo, para desportos que provoquem uma grande vasodilatação ou desportos de grande impacto – como *bike in door*, corrida ou *crossfit* – recomendo um intervalo de três a cinco dias. Alongamentos, pilates ou caminhada podem ser retomados logo no dia seguinte.

### ◆ É melhor fazê-lo antes de apanhar sol?

Sim, o verão é uma altura em que gostamos de vestir saias, vestidos e ir para a praia. O ideal é “preparar as pernas” para o verão com antecedência!!

### ◆ Tenho de andar com meias elásticas?

Não é necessário o uso de meia de contenção elástica nem meia de descanso.

### ◆ E quanto a valores, quanto custa?

O valor varia de acordo com o número de veias a tratar. É muito objetivo pois ao longo do tratamento o aparelho laser vai contabilizando o número de disparos.

### ◆ Mas é a partir de que quantia e pode chegar a quanto?

O valor de cada sessão pode ir de 300 a mais de 1000 euros. Tudo depende da necessidade de cada paciente.

