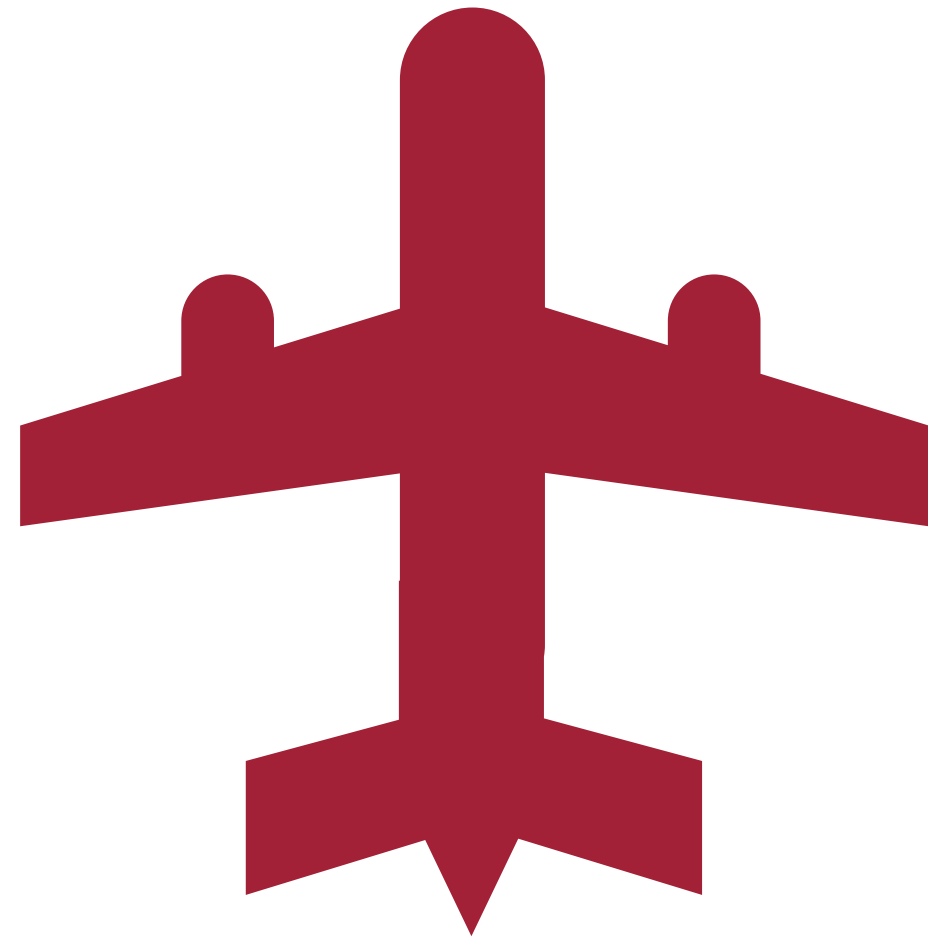


Síndrome de la clase turista

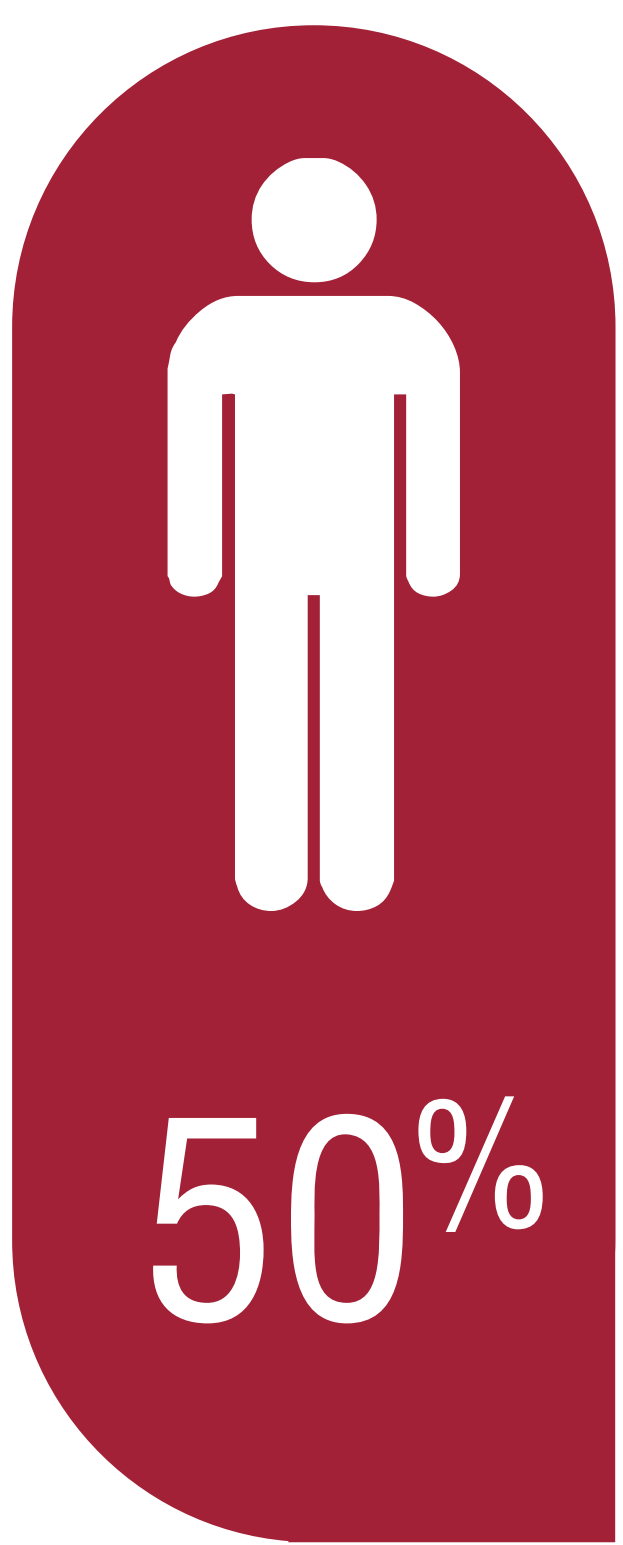
Cada **viaje prolongado multiplica por 2-3** el riesgo de trombosis venosa, ya sea en coche o avión.



La relación más evidente se da en **viajes superiores a 4 horas**, especialmente los de 8-10 horas.



Se ha calculado que, en la población general, la incidencia de tromboembolismo venoso es de **1 por cada 1000 personas al año**.



Viajar multiplica por 3 el riesgo de trombosis

El riesgo aumenta un 18 % por cada 2 horas más de duración de un viaje, mientras que en avión ese riesgo aumenta hasta un 26 %.

El riesgo absoluto de tromboembolia venosa es de 1 caso por 4600 vuelos superiores a 4 horas, aunque cualquier medio de transporte puede favorecer la enfermedad.



Diagnóstico

- Dolor
- Edema
- Enrojecimiento
- Inflamación de la pierna



Factores de riesgo

- Predisposición genética
- Cirugía o traumatismo reciente
- Embarazo y anticonceptivos orales
- Cáncer u obesidad



En sujetos sin factores de riesgo se recomienda evitar ropa ajustada, mantener una hidratación adecuada y realizar ejercicio: paseos durante el vuelo o ejercicios de contracción y extensión de las piernas.

En sujetos con los factores de riesgo mencionados se aconseja además el uso de medias que mantengan una presión moderada en la pierna o el uso de fármacos que interfieran en la coagulación de la sangre.