



# **ANTICOAGULACIÓN ORAL**

**GUÍA PARA EL PACIENTE**

**Autora: María José Bueno Núñez**

**FUCALEC: Fundación Castellano-Leonesa de Cardiología**



# INTRODUCCIÓN

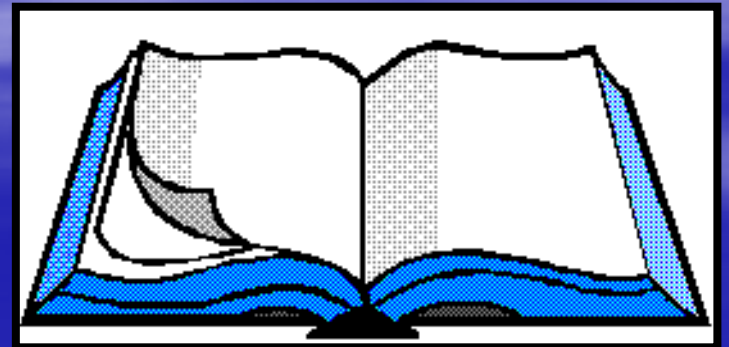


El gran número de pacientes que toman diariamente **anticoagulantes** es el motivo de esta guía.

■ Y su objetivo, dar **respuesta clara y sencilla** a las dudas más frecuentes de los enfermos.

■ De esta forma, hacemos más **comprensible el tratamiento y su control.**

■ Las ventajas son muchas: conseguimos **el máximo beneficio con el menor riesgo.**



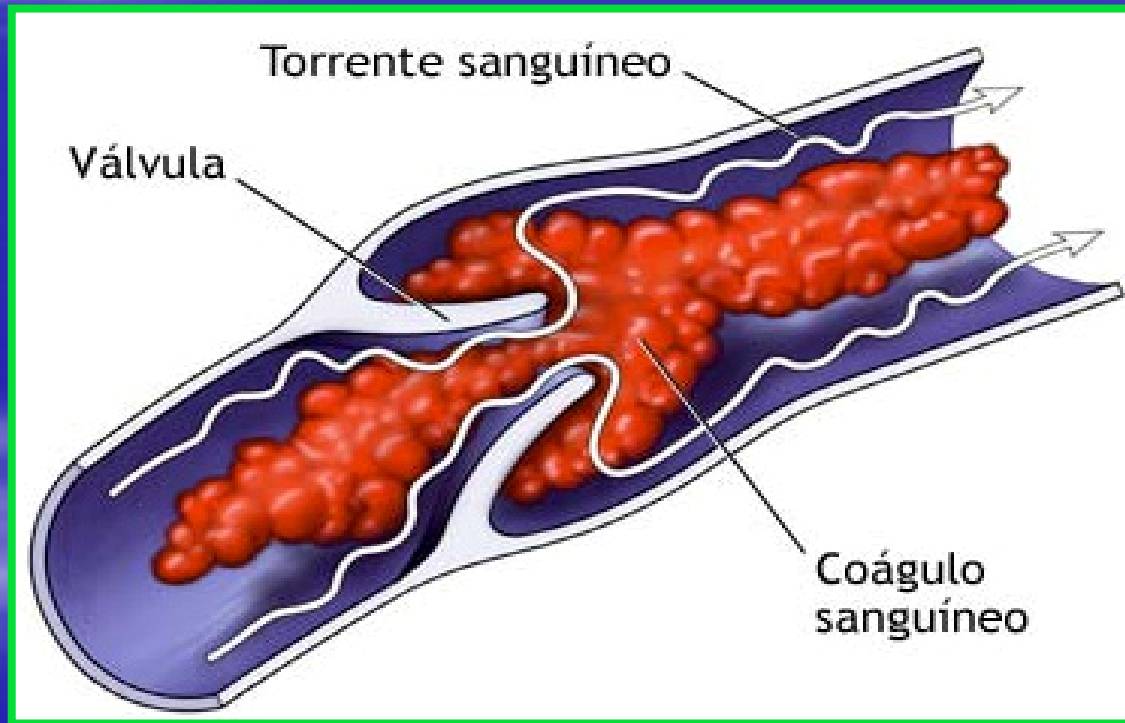


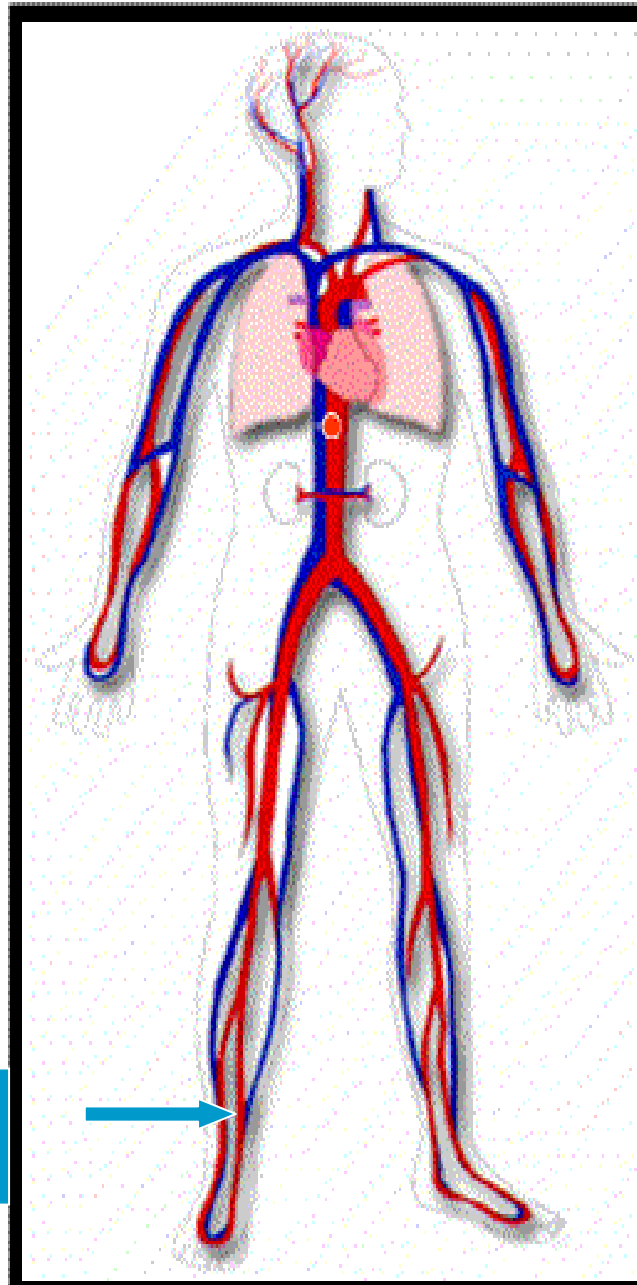
# OBJETIVOS DEL TRATAMIENTO



- El objetivo es la prevención de la **trombosis** y la **embolia**

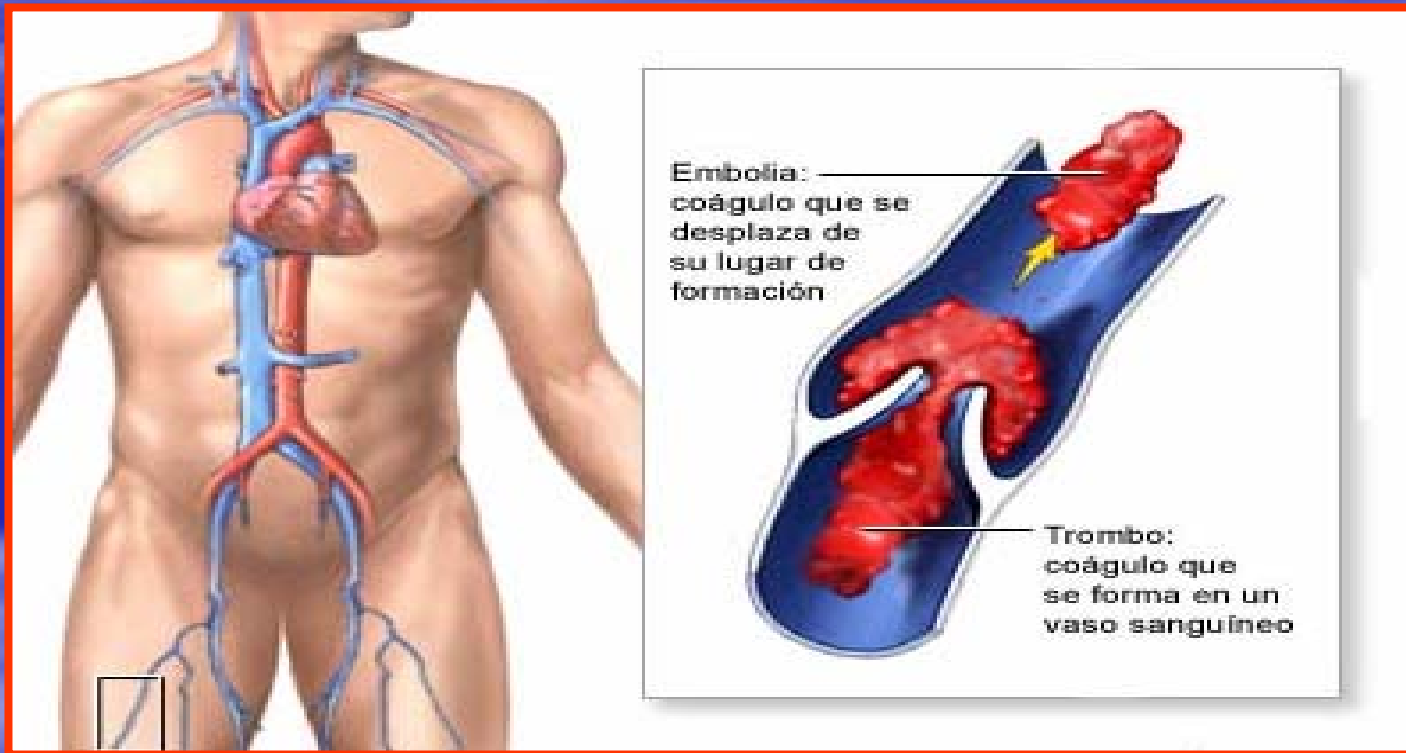
**¿Qué es un trombo?** Es un coágulo dentro del sistema circulatorio.





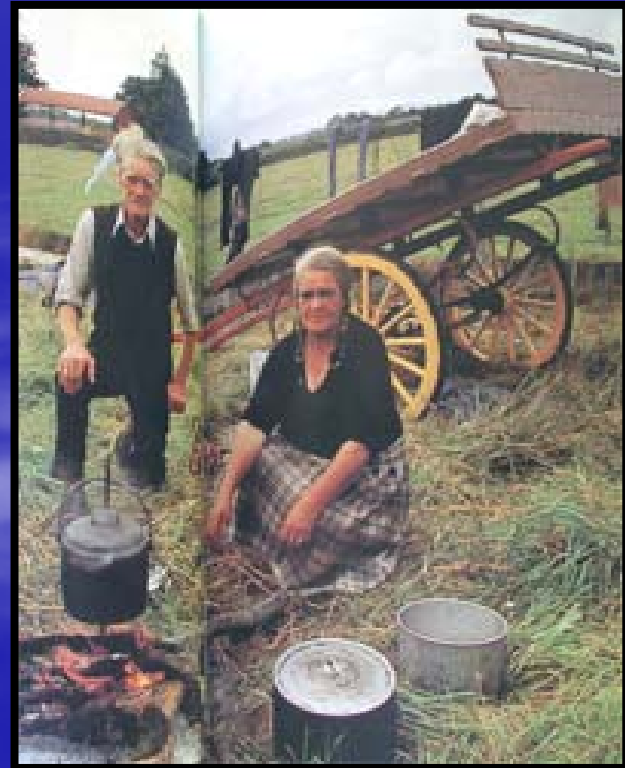
Trombo

**¿Qué es una embolia?** Cuando un fragmento del coágulo se desprende y produce obstrucción de un vaso sanguíneo ocasiona una embolia



Los pacientes que se benefician de este tratamiento son:

- Los que hayan padecido una **trombosis** o **embolia**.
- Los que se encuentren en situación de **alto riesgo**.





Los pacientes con **tratamiento anticoagulante** deben tener en cuenta que...

... no existe garantía total frente a la **embolia** y a la **trombosis**, aunque sí disminuye sustancialmente su riesgo.

... el objetivo del tratamiento es **preventivo** y no **curativo**.

... es imprescindible que **informe al personal clínico** que toma esta medicación.



**UN POCO DE INFORMACIÓN**

La sangre fluye por el sistema circulatorio sin coagularse.

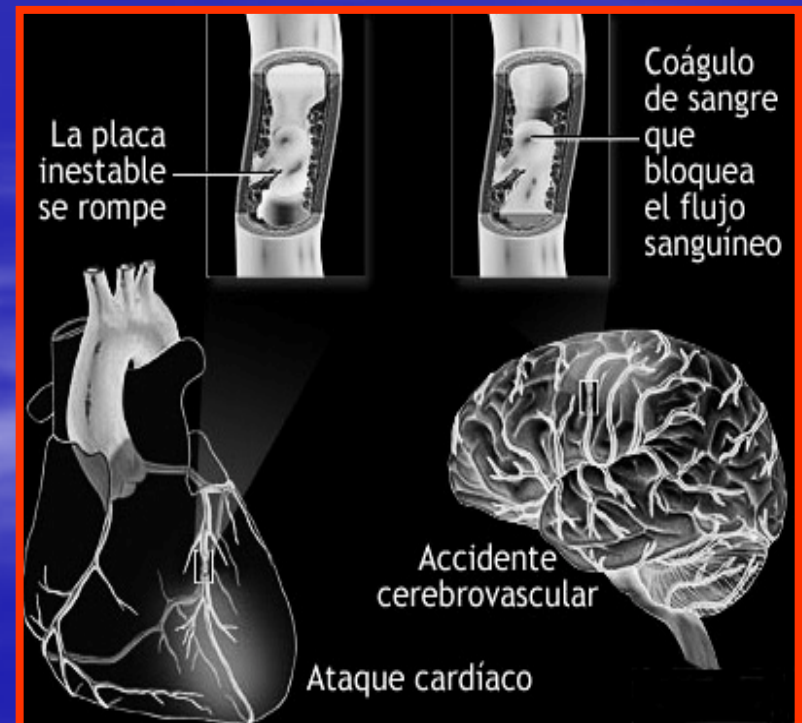
Sin embargo, tiene capacidad de **coagularse de forma natural** cuando, por ejemplo, nos cortamos.

La medicación anticoagulante actúa **alargando el tiempo** que la sangre tarda en coagularse.

Eso sí, para que la protección sea adecuada, se ha de realizar un análisis de sangre con el objetivo de **aumentar** o **disminuir** la dosis.



- La medicación es **personal** e **intransferible**. De ahí que no se pueda medicar a otro paciente con dicha dosis.
- El control puede **ser alterado** por diversas situaciones clínicas: enfermedades, hábitos dietéticos o medicaciones...
- Cuanto más conocimientos tengamos de nuestra enfermedad, **mejor la controlaremos**.
- Los coagulantes más comunes son la **warfarina (Aldocumar)** y el **acenocumarol (Sintrom)**





# **DUDAS Y PREGUNTAS**

**¿Cuándo ha de tomarse el anticoagulante?**

**¿Y a qué hora?**



**¿Y por qué no a primeras horas de la mañana?**



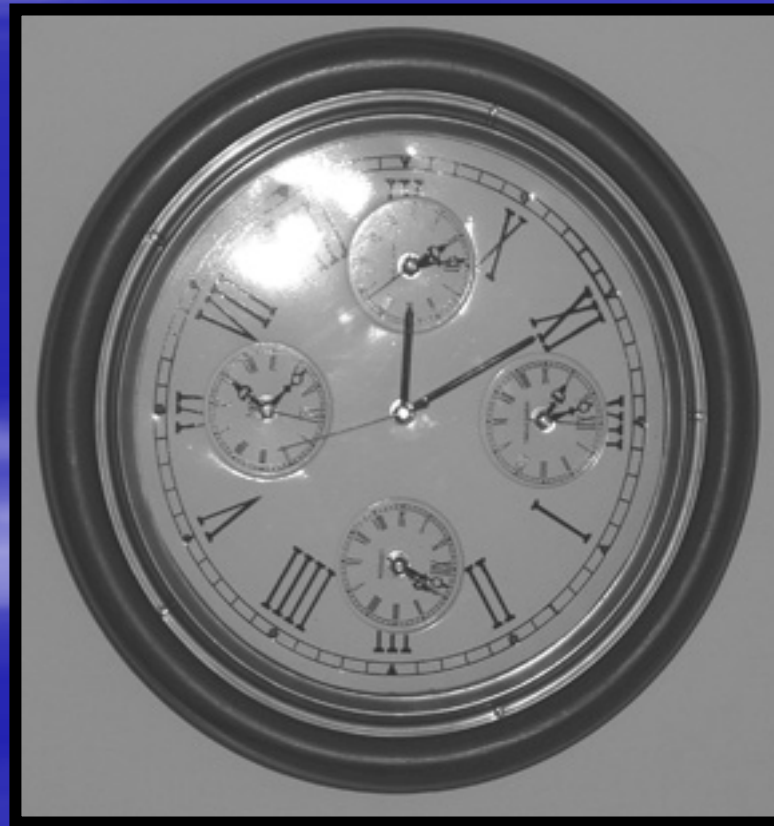
## ¿Cuándo ha de tomarse el anticoagulante?

Lo ideal y aconsejable sería tomarlo **todos los días a la misma hora**; de esta forma crearíamos hábitos, haciendo más difícil el olvido.



## ¿Y a qué hora?

Es preferible a media mañana o media tarde, **siempre una hora antes** de las comidas.





## ¿Y por qué no a primeras horas de la mañana?

Porque así evitaremos interferencias con los controles periódicos, que generalmente se realizan a esa hora.



**LA DOSIS...**

**¿Y si se me olvidó durante el día...?** Pues se toma en el momento.

**¿Y si se me olvidó el día anterior?** Pues se toma la del día, **nunca** dosis doble.

**¿Y si me confundí tomando una dosis inferior?** Pues se corrige tomando la **cantidad** que falta.

**¿Y si, por el contrario, tomo una dosis superior?** Se puede compensar **disminuyendo** la dosis el día siguiente.

**¿Debo avisar del error cometido?** Sí. Si dejó de tomar una dosis o alteró la medicación, es muy posible que la analítica salga alterada, y el hematólogo haga cambios innecesariamente en su medicación. Avisar al control del error cometido.



¡Ya no me  
pasará más!



**¿Puedo desayunar antes del análisis?** Sí. Si el control se hace mediante **punción en el dedo**, puede hacerlo con total libertad.

Si se hace por **extracción venosa**, es preferible que no consuma alimentos grasos, pero sí un café, leche, tostada o fruta.



↑ Sí



No ↑

**¿Puedo tomar otro tipo de medicación antes del análisis? Sí.**



¿Puedo hacer otro análisis al mismo tiempo que el control de anticoagulación? **SÍ.**

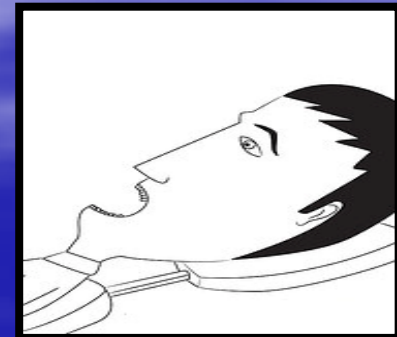
Comunique las analíticas que desea que le realicen, de esta forma el personal de enfermería aprovechará el mismo pinchazo.



En este caso, **deberá estar** en ayunas.

**¿Cuándo debo comunicar las incidencias que tuve desde el último control?** Deberá comunicar al personal de enfermería:

- ➔ Los cambios de medicación.
- ➔ Los sangrados.
- ➔ Las nuevas incidencias médicas.
- ➔ Cuando tenga necesidad de ir al dentista.
- ➔ Cualquier alteración anómala es recomendable comunicarlo al especialista.





**¿Puedo cambiar el día del control?** Sí, pero deberá comunicarlo al personal clínico.





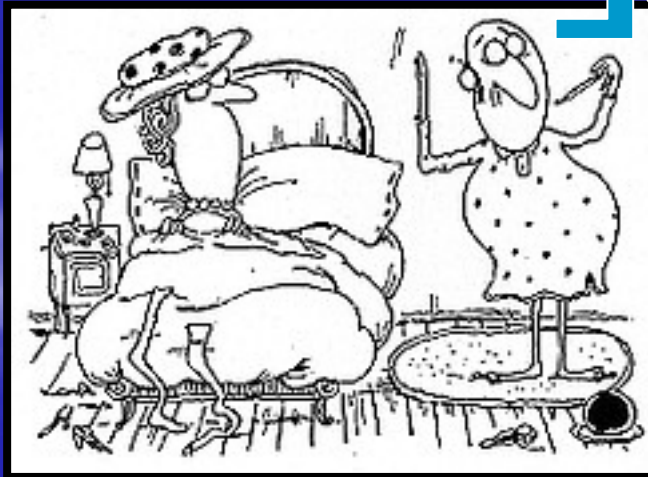
**¿Con qué frecuencias se me va a hacer el control?** Los controles serán muy frecuentes hasta conseguir su estabilidad.



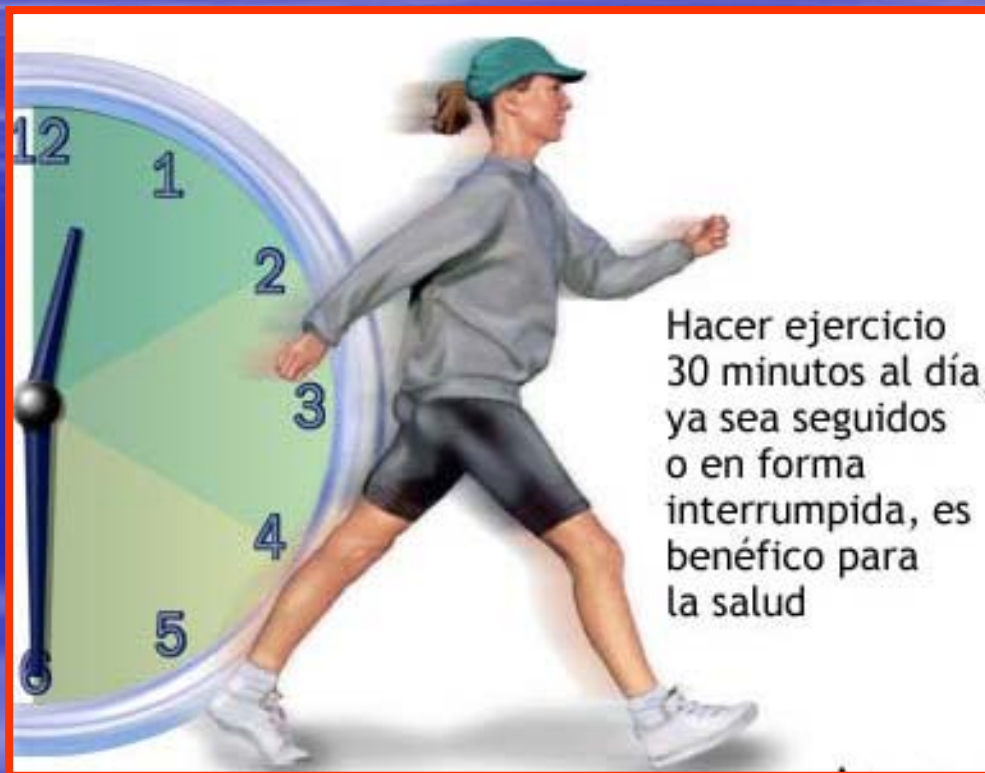
Si está **controlado**, se lo harán cada 4-6 semanas.

- ➡ Si le toca descansar en la medicación, y no lo hizo, descanse **al día siguiente**.
- ➡ Si alteró el orden de las tomas, **corríjalo** asimismo al día siguiente.
- ➡ Procure ir **marcando** en un calendario las dosis diarias.

Hoy, sí;  
mañana, no.



**¿Puedo practicar algún deporte?** No hay **ningún inconveniente**, y además es recomendable.



# **DIETAS Y TRASTORNOS DIGESTIVOS**



# ¿Qué dieta y alimentos están prohibidos?

Como norma general, **deberá comer de todo**, de forma variada y equilibrada. Los alimentos prohibidos serán por otras causas ajenas, como por procesos diabéticos, colesterol o por tensión arterial...





**¿Es bueno tomar alimentos en vitamina K, como el repollo, col y otros vegetales de hoja verde? Es recomendable tomarlos con moderación.**



**¿Puedo tomar alcohol?** Se puede tomar vino o cerveza en **cantidades moderadas**. Si se hace en exceso, puede neutralizar la medicación anticoagulante.



## ¿Puedo tomar productos de herboristería o suplementos vitamínicos?

No, ya que interfieren en la medicación anticoagulante.

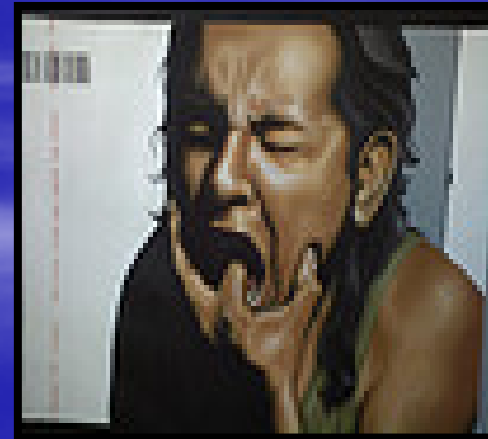




**¿Puedo hacer dietas especiales?** Si va a iniciar una dieta vegetal o de adelgazamiento, debe comunicarlo al personal clínico para reajustar la dosificación.



**¿Qué debo hacer si tengo vómitos?** En principio, debe saber que la medicación que está tomando se absorbe por el aparato digestivo. Si la vomita inmediatamente después de tomarla, no le va a ser efectiva. **Tendrá que repetir la toma.**





¿Y si tengo diarrea? Deberá hacer una dieta **astrigente**.  
Si persiste más de **dos días**, acuda al laboratorio para  
realizar el control ante el posible ajuste del tratamiento.



# VACUNAS E INYECCIONES



**¿Puedo vacunarme de la gripe o de otras patologías? Sí,**  
puede ponerse vacunas e inyecciones subcutáneas  
(debajo de la piel).

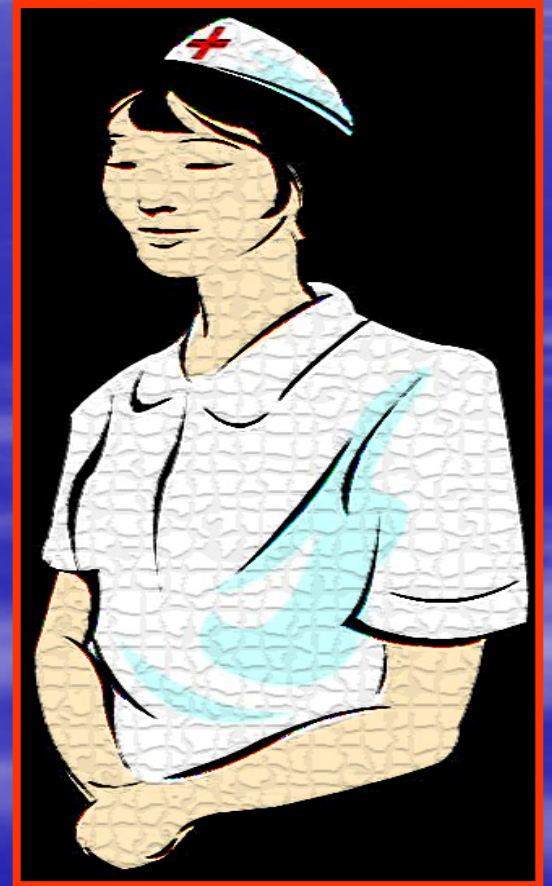


**¿Con inyecciones intramusculares?** No. Deben evitarse, ya que pueden dar **lugar a hemorragias**, a veces con graves repercusiones.



**¿Y si hay alguna otra causa especial,  
como algún tipo de tratamiento  
inyectable?**

Hay que comunicarlo  
al personal clínico para que tome  
las medidas oportunas.





# PRUEBAS DIAGNÓSTICAS

- ◆ Avise al especialista cuando le realicen una **endoscopia** o **biopsia**.
- ◆ No es necesario en caso de **radiografías**.



# OPERACIONES QUIRÚRGICAS

- Avise al **cirujano** y **anestesista** de su tratamiento anticoagulante.
- Ante una **urgencia**, debe llevar un documento que acredite la toma de anticoagulante.



# HERIDAS

- Comprimir **más tiempo** e intensamente si son heridas profundas o serias.
- Acuda a un **centro médico** o de **urgencias**.



Aplicar presión directa sobre las heridas externas con un trozo de tela esterilizada o con la mano y mantener la presión hasta que el sangrado cese

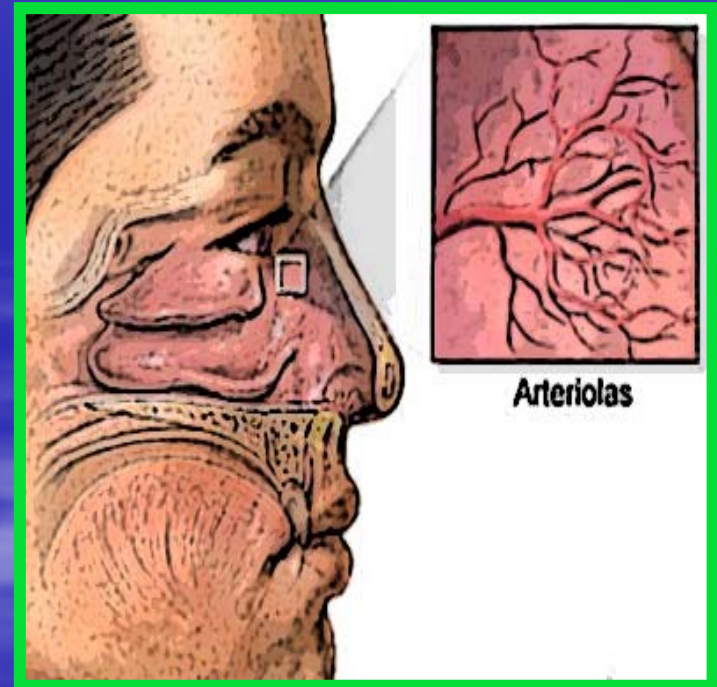


Un hematoma comienza con un color rojo rosado



# HEMORRAGIAS PEQUEÑAS

- Si **aumenta el sangrado** por encías, nariz, menstruación o tiene moratones, informe al control médico.
- Si **sangra por orina, esputos** (flemas) o **heces**, informe al control. Y si lo ve necesario, acuda a urgencias.

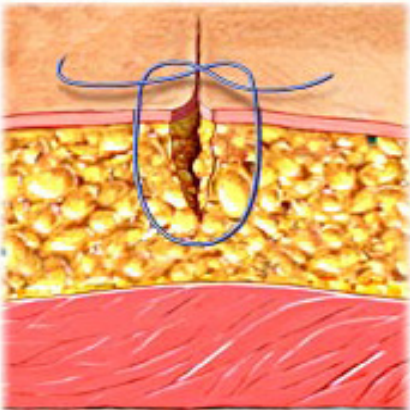




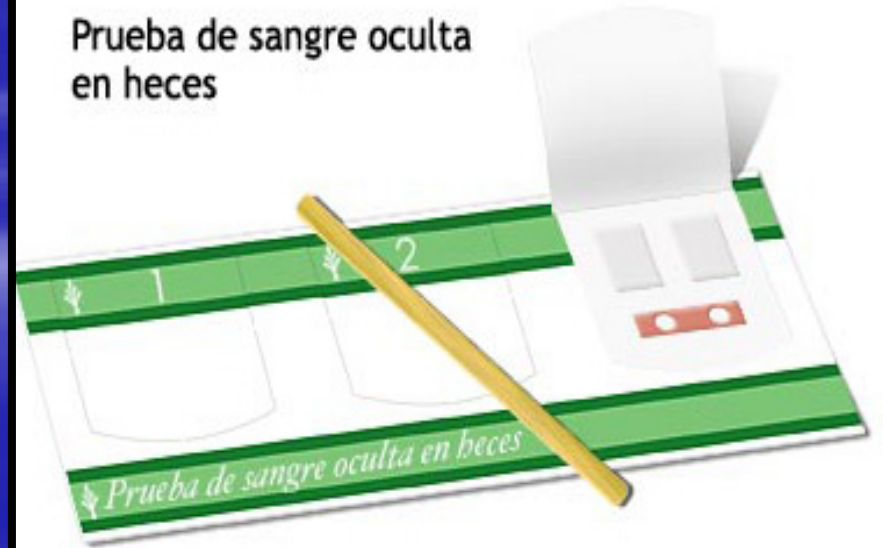
# SANGRADOS IMPORTANTES

- ➔ Si es espontáneo, **acuda a urgencias**.
- ➔ Si son **heces negras** y **tienen mal olor**, puede ser sangrado del estómago o intestino alto.

Las suturas ayudan a sanar manteniendo unida la herida hasta que se da el proceso de cicatrización



Prueba de sangre oculta en heces



# AVIÓN, TREN...

- ▶ Puede viajar sin ningún problema.
- ▶ Lleve su calendario de dosis.

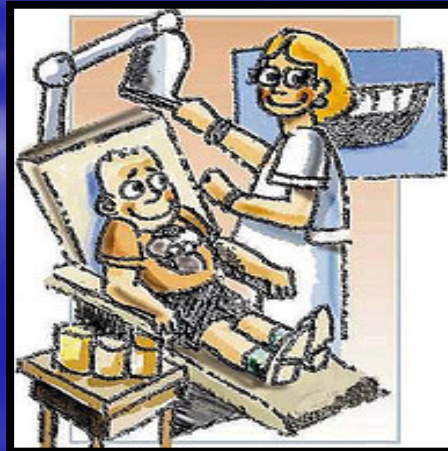


# DENTISTA

Siempre que acuda al dentista, debe comunicarle que está tomando anticoagulantes.

Antes de cualquier tratamiento en el dentista:

- ♥ Realizar nuevo control.
- ♥ Ajustar la dosis.
- ♥ Aplicar coagulante y comprimir unos veinte minutos.
- ♥ Enjuagarse los días posteriores.
- ♥ Vigilar la zona.



# AUTOMEDICACIÓN

- No se **automedique**.
- Puede usar **preservativos** o **diafragmas**.
- El DIU (Dispositivo Intrauterino) no **está contraindicado**.
- **Píldoras**: Consultar al especialista.



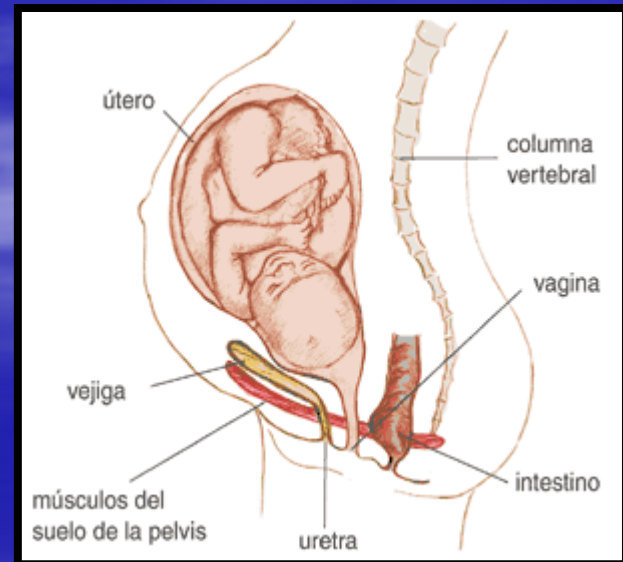


# EMBARAZO



En caso de estar **embarazada**, **no debe tomar el anticoagulante** en el primer trimestre y último mes (pues puede producir malformaciones).

Si el tratamiento es **indefinido**, consulte al hematólogo.



# CONTROL

Con el control (análisis) si el rango\* está elevado, se suspenderá el tratamiento durante 1-2 días.

Si el rango está bajo, añadir inyecciones de heparina.

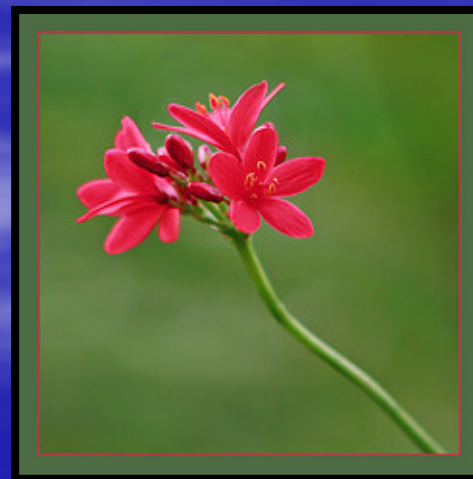
En ocasiones, no se consigue estar bien controlado si...

... no toma la medicación apropiada..

... ha cambiado de dieta.

... ha cambiado de medicación.

... ha modificado las costumbres.



\* Rango es el nivel en sangre.

# INTERACCIONES MEDICAMENTOSAS

Se han organizado los medicamentos de uso más frecuente en tres grupos:

■ **Potenciadores** (aumentan el efecto del anticoagulante: ácido acetil salicílico, cefazolina, amiodarona, estatinas...).

■ **Inhibidores** (disminuyen el efecto del anticoagulante: rifampicina, colestiramina, vitamina K...).

■ **Y los medicamentos que no afectan** (paracetamol, amoxicilina, pravastatina, insulina, antidiabéticos orales, digoxina...).

GRACIAS  
POR EL INTERÉS MOSTRADO