

RECOMENDACIONES BÁSICAS

# GUÍA PACIENTES ANTICOAGULADOS

GRUPO TRABAJO ANTICOAGULACIÓN



**ASANEC**  
Asociación Andaluza  
de Enfermería Familiar y Comunitaria

# RESUMEN DE CONTENIDOS

COAGULACIÓN Y ANTICOAGULANTES

SEGUIMIENTO

USO DE HEPARINA

ALIMENTACIÓN

USO DE OTROS FÁRMACOS

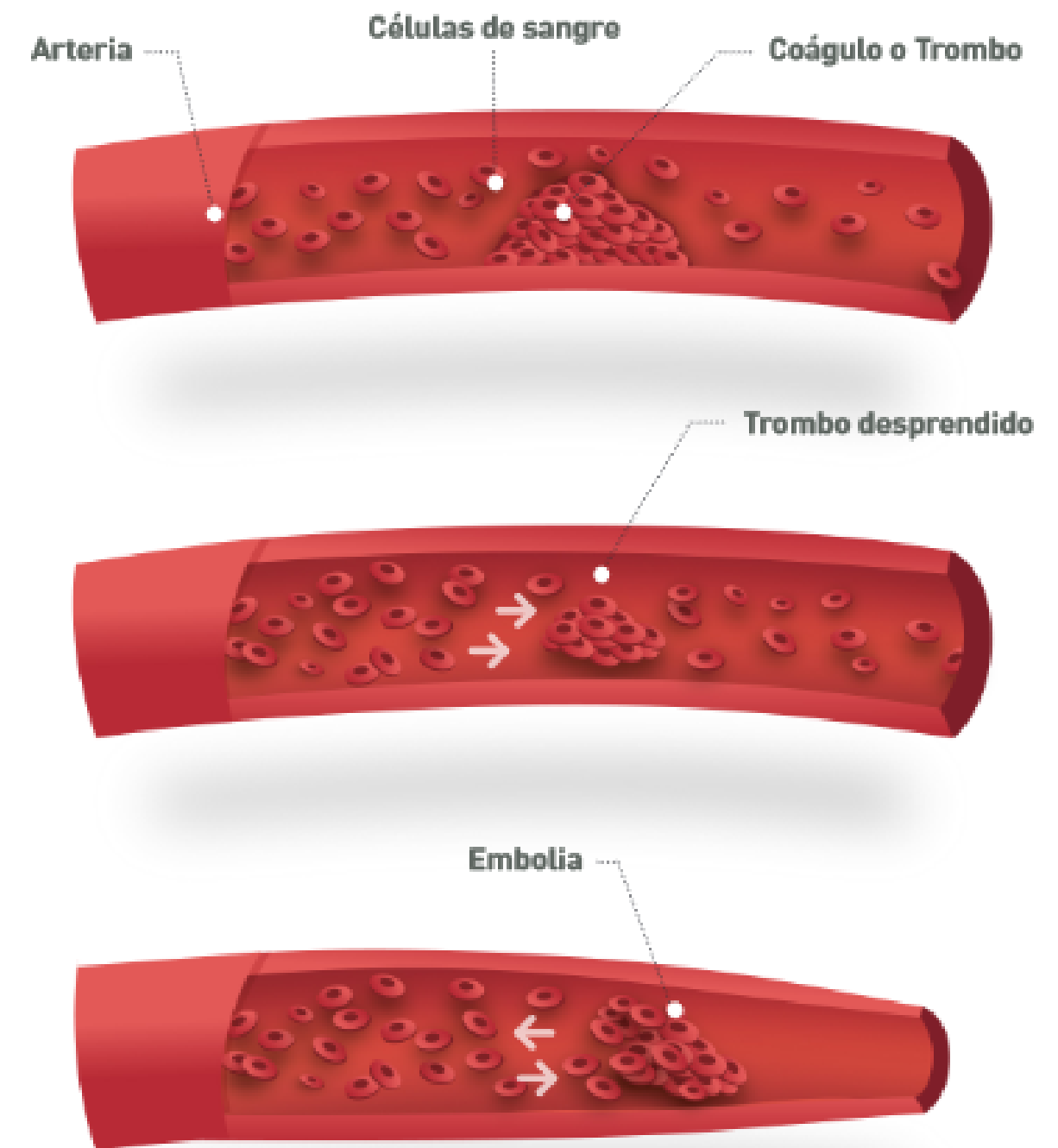
COMPLICACIONES

PREGUNTAS FRECUENTES



# COAGULACIÓN DE LA SANGRE

- **En condiciones normales**, la sangre fluye sin coagularse. Excepto, cuando tenemos una herida para taponarla.
- **En condiciones anormales**, se pueden formar coágulos en los vasos sanguíneos llamados **trombos**. Son la causa de serios problemas de salud.
- **Embolia**: los trombos se pueden desprender y taponar vasos de otras partes del organismo.



# ¿QUÉ SON LOS ANTICOAGULANTES

SINTROM

ALDOCUMAR

- Son medicamentos que modifican la coagulación de la sangre.
- Se retrasa el tiempo que tarda la sangre en coagularse.
- Previene la formación de trombos y embolias.
- ES UN TRATAMIENTO PREVENTIVO, NO CURATIVO. Depende de la implicación del paciente.
- Es muy importante seguir la pauta indicada por los profesionales.

# ¿QUIÉN DEBE TOMAR AÑTICOAGULANTES?

Trombosis en las piernas o una embolia

Válvulas enfermas en el corazón

Portadores de válvulas cardiacas artificiales

Alteraciones congénitas de la sangre

Arritmia: fibrilación auricular

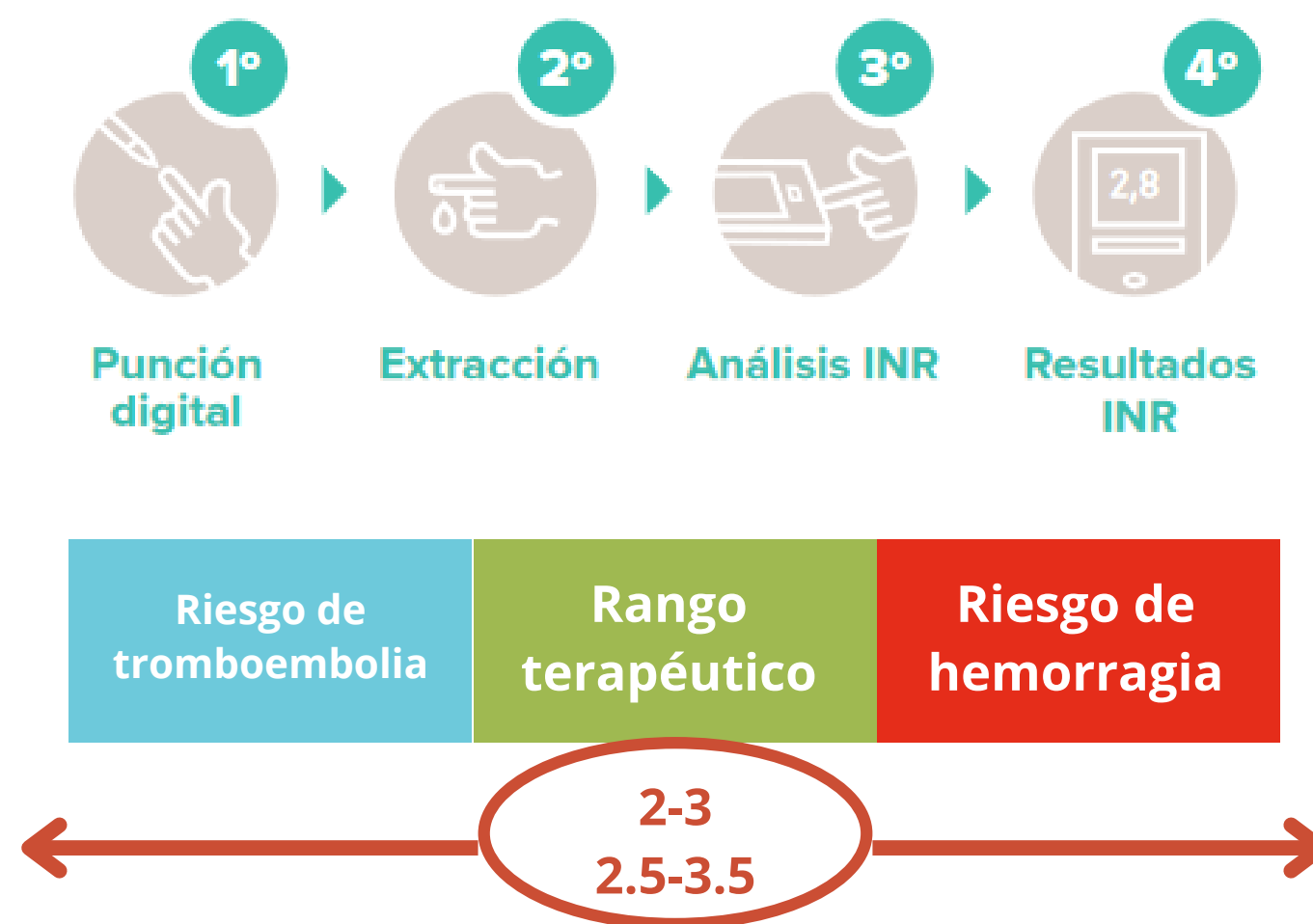
Corazón muy dilatado

# SEGUIMIENTO

## INICIO DE TRATAMIENTO

Al inicio, es importante seguir las pautas de médico o enfermera sobre cómo tomar el tratamiento.

Al principio haremos controles cada 3-4 días, después semanalmente y finalmente cuando la dosis se estabilice, una vez cada 4 ó 6 semanas.






























## DOSIS A TOMAR

Ésta dependerá del resultado de los controles. Importante seguir el tratamiento pautado según el calendario aportado en la consulta.

La dosis varía entre personas.

**TOMAR MÁS CANTIDAD NO ES SINÓNIMO DE ESTAR MÁS ENFERMO.**

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
		17/01/2024 Toma: 3/4 	18/01/2024 Toma: 3/4 	19/01/2024 Toma: 3/4 	20/01/2024 Toma: 3/4 	21/01/2024 Toma: 1 
22/01/2024 Toma: 3/4 	23/01/2024 Toma: 3/4 	24/01/2024 Toma: 3/4 	25/01/2024 Toma: 3/4 	26/01/2024 Toma: 3/4 	27/01/2024 Toma: 3/4 	28/01/2024 Toma: 1 
29/01/2024 Toma: 3/4 	30/01/2024 Toma: 3/4 	31/01/2024 Toma: 3/4 	01/02/2024 Toma: 3/4 	02/02/2024 Toma: 3/4 	03/02/2024 Toma: 3/4 	04/02/2024 Toma: 1 
05/02/2024 Toma: 3/4 	06/02/2024 Toma: 3/4 	07/02/2024 Toma: 3/4 	08/02/2024 Toma: 3/4 	09/02/2024 Toma: 3/4 	10/02/2024 Toma: 3/4 	11/02/2024 Toma: 1 
12/02/2024 Toma: 3/4 	13/02/2024 <b>CONTROL</b>					

# USO DE HEPARINA

Se recomienda su administración cuando el INR está por debajo de rango.

Actúa a distinto nivel que el sintrom.

Se utiliza para evitar el riesgo de trombos hasta que el INR vuelva a estar en rango.



Elegir zona: preferiblemente abdomen

Evitar cicatrices, bultos o hematomas

Pellizcar la zona para formar pliegue

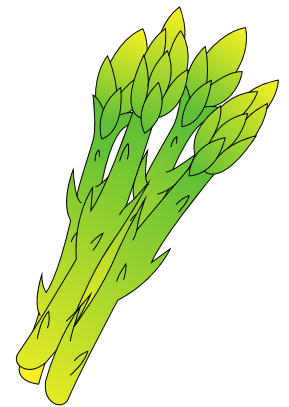
Introducir aguja en 90° y presionar émbolo

**NO FROTAR** --> evitar hematoma

# ANTICOAGULANTES Y ALIMENTACIÓN

## PUEDE COMER DE TODO

- Mantener una dieta equilibrada, sin grandes variaciones durante la semana.
- Especial cuidado con las verduras de hoja verde.
- Contienen vitamina K que disminuye la acción del sintrom/aldocumar (hace que esté más bajo).
- No se deben consumir productos de herboristería.
- Consultar si se empieza con un régimen.





# PRECAUCIÓN

SE RECOMIENDA EVITARLOS

## TABACO

Es rico en vitamina K.  
Puede frenar el efecto de la  
medicación.  
Es un factor de riesgo para  
enfermedades cardiovasculares.



## ALCOHOL

Interacciona de forma errática con el  
tratamiento: puede bajar o subir el  
INR.  
Tomar cantidades muy moderadas  
(1 copa de vino o cerveza)



# USO DE OTROS FÁRMACOS

NO debe tomar ningún medicamento nuevo por su cuenta.

Tampoco hay que suspender la medicación que ya estaba tomando. Ante cualquier cambio consultar con profesional sanitario.



Limitarse a tomar la medicación que sea imprescindible para su patología de base.

El uso de antiinflamatorios puede aumentar el riesgo de hemorragia. Si es necesario su uso, se recomienda utilizar paracetamol (no más de 1-2g al día) o nolotil.

# COMPLICACIONES

## SON POCO FRECUENTES

El mayor riesgo es un sangrado anormal.

## SIGNOS DE ALARMA

Deberá acudir al servicio de Urgencias si presenta:

- Pérdida brusca de visión
- Hemorragia que no se puede detener
- Dolor de cabeza intenso con vómitos
- Heces de color negro
- Sangre en orina





# PREGUNTAS FRECUENTES



# ¿CUÁNDO DEBO TOMAR EL ANTICOAGULANTE?



- Procurar tomarlo siempre a la misma hora.
- Se aconseja tomarlo por la tarde, antes de cenar.
- No tomar por la mañana para que no coincida con los cambios de tratamiento tras realizar la prueba del INR.



# ¿QUÉ HACER SI OLVIDO UNA DOSIS?



- Puede tomar la dosis a otra hora ese mismo día.
- No hay que recuperar la dosis tomando el doble de cantidad al día siguiente.
- Si no recuerda si ha tomado la dosis ese día es mejor no tomarla y comunicarlo en el siguiente control.



# ¿QUÉ HACER SI HE TOMADO UNA DOSIS INCORRECTA?



- **SI HA TOMADO MÁS CANTIDAD:** puede compensarlo al día siguiente, restando el exceso de dosis.
- **SI HA TOMADO MENOS CANTIDAD:** puede completar la dosis que falta a lo largo del día.



# ¿QUÉ DEBO COMUNICAR EL DÍA DEL CONTROL?



- Si ha tenido algún olvido.
- Si ha tomado más dosis de la cuenta.
- Si ha comenzado con una medicación nueva.
- Si ha estado con vómitos o diarrea.
- Si ha habido cambios importantes en la dieta.



ESTA INFORMACIÓN NOS AYUDA A  
DIRIGIR EL TRATAMIENTO PAUTADO

# ¿CUÁNDO DEBO AVISAR QUE TOMO ANTICOAGULANTES?



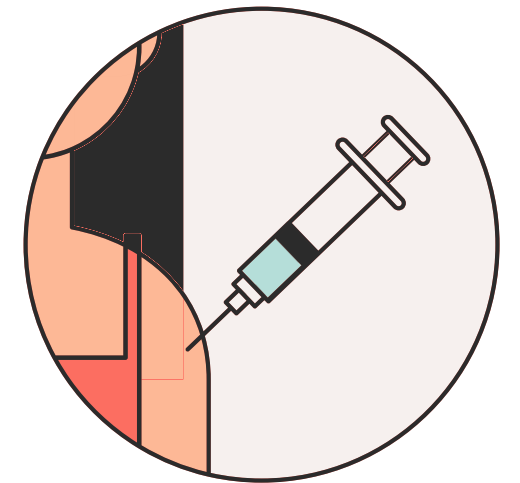
- Siempre que acuda a cualquier profesional sanitario o centro hospitalario.
- Es aconsejable llevar algún documento que lo identifique como paciente anticoagulado.
- Si tiene alguna prueba diagnóstica, intervención quirúrgica o extracción dentaria, hay que avisar al profesional y seguir las recomendaciones pautadas.



# ¿PUEDO PONERME UNA VACUNA O INYECCIÓN?



- Siempre que lo indique un profesional sanitario.
- Deben de administrarse por vía subcutánea (de forma más superficial).
- Evitar la vía intramuscular, ya que se pueden producir hematomas importantes.



Federación Española de Asociaciones  
de Anticoagulados (FEASAN)

TARJETA ANTICOAGULADO

**ESTOY ANTICOAGULADO**

I AM ANTICOAGULATED

我是抗凝血病人

The background features several abstract, organic shapes in light blue, green, and yellow. In the top left, there are three light blue, teardrop-shaped elements. At the top center is a large, light green, rounded shape. To its right is a yellow teardrop shape. On the right side, there is a large light blue shape with several smaller dark green shapes inside it. In the bottom left, there is a large yellow shape and a dark green circle. At the bottom center, there are three light blue teardrop shapes. In the bottom right, there is a large light green shape with a scalloped edge.

**¡MUCHAS  
GRACIAS!**