



**RECOMENDACIONES EN EL TRATAMIENTO CON
ANTICOAGULANTES:
SINTROM® , ACENOCUMAROL
ALDOCUMAR®, WARFARINA**

**UNIDAD DE HEMOSTASIA Y TROMBOSIS
SERVICIO DE HEMATOLOGÍA
Ubicación: torre C, 7ª planta, consulta 5
Teléfono 96 124 61 28.**

HOSPITAL UNIVERSITARI I POLITÈCNIC LA FE, VALENCIA



¿QUÉ SON LOS ANTICOAGULANTES?

Son medicamentos que reducen de forma controlada la capacidad de la sangre para coagular, de esta forma impiden el crecimiento de los coágulos si ya se han formado y previenen la formación de nuevos trombos.

¿CUANDO ESTÁ INDICADA LA TERAPIA CON ANTICOAGULANTES?

Las principales indicaciones son:

- Personas que han sufrido una trombosis, embolia o ictus.
- Personas que padecen arritmias, portan válvulas cardíacas o tienen enfermedades cardíacas y/o de la coagulación.

¿QUÉ RIESGOS TIENE LA ANTICOAGULACIÓN?

El principal riesgo son los **sangrados**, tanto espontáneos como tras caídas, o procedimientos invasivos como: endoscopias, inyecciones intramusculares, cirugías o cualquier situación que provoque una lesión. Por otra parte si el efecto de la anticoagulación es insuficiente pueden presentarse complicaciones como trombosis y embolias, por ello es muy importante acudir a los controles programados.



Por tanto,

Si tienen que realizarle **una cirugía, endoscopia**, acudir al **dentista** para extracciones dentales, administrarle medicación intramuscular o cualquier procedimiento invasivo que pueda provocarle un sangrado, **deberá comunicárnoslo para evaluar el ajuste de tratamiento.**

Las **inyecciones intramusculares** no están recomendadas en pacientes con tratamientos anticoagulantes. Pueden ser administradas si son imprescindibles, siempre bajo supervisión sanitaria y preferiblemente en el músculo deltoides (brazo) para ello debe aplicarse compresión en el punto de punción de forma prolongada (al menos 10 minutos).

Si sufre una herida y sangra debe aplicar una compresión adecuada con una gasa limpia durante 10 minutos, si tras ese tiempo el sangrado sigue siendo profuso acudir al centro de salud o al servicio de urgencias del hospital para evaluar la herida.

Si sufre una **contusión o caída** debe vigilar las zonas golpeadas para ir valorando la aparición de hematomas (moraduras). Aplicar frío local puede reducir el daño.

Otros **signos de alerta de sangrado** por los que debe acudir a un centro sanitario serían:

- Hematuria: sangrado en la orina, la orina aparece sonrosada o con coágulos
- Melenas: sangrado en heces (son negras, pegajosas y malolientes).
- Dolor de cabeza intenso y de inicio brusco o aparición repentina de dificultad para hablar, pérdida de fuerza o alteraciones visuales.



DEBEMOS TENER EN CUENTA...

Las dosis del tratamiento anticoagulante pueden variar en función del resultado de INR. **Tras cada control le facilitarán una hoja de tratamiento personalizada.**

HORARIO DE LA TOMA de los comprimidos:

Tratamiento con Sintrom® (cada 24 horas):

- tomar por la tarde, preferiblemente a las 20h

Tratamiento con Aldocumar® (cada 24 horas):

- tomar por la tarde, preferiblemente a las 20h.

Puede ingerirlos con un poco de agua, siempre a la misma hora y esperar mínimo 30 minutos para empezar a cenar.

Sólo mantendrá unos buenos niveles de anticoagulación si no olvida tomar ningún comprimido.

Para evitar el olvido de alguna toma puede ser útil usar:

- Alarmas
- Avisadores
- Pastilleros
- Usar el calendario de tratamiento donde marcar las tomas



QUÉ HACER ANTE EL OLVIDO DE ALGUNA DOSIS:

- Puede tomarlo si han pasado menos de 4 horas.
- Si han pasado más de 4 horas esperará a la siguiente dosis respetando el horario habitual.

No modifique las dosis por su cuenta nunca

No podrá tomar dosis dobles para compensar los olvidos.



CONTROLES Y SEGUIMIENTOS:

Las personas que toman **Sintrom®** y **Aldocumar®** necesitan controles sanguíneos de ratio internacional normalizado (INR) para ajustar el tratamiento, para ello deberá acudir a su centro de salud el día que indique el hematólogo para llevar un seguimiento correcto.

CONSEJOS HIGIENICO-DIETETICOS:

Con esta medicación puede seguir con una vida normal en cuanto a la alimentación y la actividad física, con la única precaución de evitar caídas o lesiones.



Alimentación:

Le recomendamos que su dieta habitual sea equilibrada y sana, le puede servir de orientación la pirámide de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria.



No hay ningún alimento prohibido en los pacientes que toman anticoagulantes, ni tan siquiera las verduras, debiendo estar incluidas en su dieta sin restricciones y de forma regular.

No se aconseja el consumo de bebidas alcohólicas ni de tabaco porque podrían alterar el efecto de estos medicamentos.

Se desaconsejan totalmente los productos homeopáticos así como los productos de herboristería u otros remedios dado que podrían interferir con la medicación.

Las infusiones “clásicas” como té, tila, manzanilla o café las puede tomar como hace habitualmente.

USO DE OTROS FÁRMACOS

Existen fármacos que pueden aumentar o disminuir el efecto de los anticoagulantes. Debe consultar siempre cualquier cambio de medicación al médico que le prescribe el tratamiento o que se lo retira.

Antes de tomar por su cuenta cualquier medicamento consulte con su médico y tenga especialmente precaución con aquellos que contengan ácido acetilsalicílico (Aspirina®).



VACUNA DE LA GRIPE y otras: puede ponérselas sobre todo si son subcutáneas. Informe siempre a su enfermera antes de la administración.



EN CASO DE EMBARAZO:

Si usted está embarazada acuda inmediatamente a su centro para reevaluación del tratamiento.

Estos medicamentos podrían afectar la salud de su hijo.

Puede encontrar más información en:

En las WEBS:

Asociación valenciana de Anticoagulados de la Comunidad Valenciana (AVAC)

<https://www.anticoagulados.org/>

Federación española de asociaciones de anticoagulados (FEASAN):

<http://www.pacienteexpertoanticoagulado.org/>

FEASA <https://anticoagulado.info/tag/feasa/>

En la APP:

TAONet ME



RECUERDE:

Tome la medicación en los horarios recomendados

Nunca modifique la dosis por su cuenta.

Ante sangrado abundante o signos de alarma acuda a su médico

Antes de que le administren medicación intramuscular, avise al médico que está anticoagulado.

Informará con una semana de antelación ante:

- **Intervención quirúrgica**
- **Manipulación invasiva: procedimiento por endoscopia, biopsias...**
- **Extracción dental**

Si estos procedimientos se realizan de manera urgente, comuníquese siempre que está tomando esta medicación.

LLEVE JUNTO A LA DOCUMENTACIÓN UNA NOTA CON SU TRATAMIENTO Y DOSIS.

Mantenga un estilo de vida saludable: actividad física y alimentación equilibrada.

En caso de dudas, nuestro teléfono es el 96 124 61 28.