

Pastillas que diluyen la sangre: Guía para su uso seguro



U.S. Department of Health and Human Services

Agency for Healthcare Research and Quality
540 Gaither Road
Rockville, MD 20850



Agency for Healthcare Research and Quality
Advancing Excellence in Health Care • www.ahrq.gov

AHRQ Pub. No. 09-0086-C
Revised August 2010



Información sobre su diluyente de la sangre

Su médico le ha recetado un medicamento llamado diluyente de la sangre, el cual evita que se formen coágulos. Los coágulos de sangre aumentan el riesgo de que sufra un ataque cardíaco, derrame y otros problemas médicos graves. Los diluyentes de la sangre pertenecen al grupo de medicamentos que se conocen como anticoagulantes. “Anti” significa ‘en contra de’ y “coagulante” es aquello que se espesa hasta convertirse en un gel o sólido.

Los diluyentes de la sangre son muy eficaces cuando se usan correctamente. Para conocer mejor su medicamento, le recomendamos leer este folleto que le ha dado su médico. Dependiendo del lugar donde reciba atención médica, puede atenderlo un médico, enfermera, asistente médico, enfermera clínica, farmacéutico u otro profesional de salud. El término “médico” se emplea en este folleto para referirse a la persona que supervisa el uso de su medicamento diluyente de la sangre.

Usted y su médico deberán mantener una colaboración estrecha para lograr que el uso del diluyente de la sangre no le impida vivir bien y con seguridad. La información que contiene este folleto le ayudará a comprender por qué está tomando el diluyente de la sangre y qué debe hacer para mantenerse saludable. Por favor, tómese el tiempo necesario para leer toda la información de este folleto.

¡Advertencia!

Avisé a su médico si está usted embarazada o piensa embarazarse. Muchos diluyentes de la sangre pueden causar defectos de nacimiento o sangrado que puede dañar al feto.



Cómo se toma el diluyente de la sangre

Siempre tome el diluyente de la sangre como lo ordene el médico. Por ejemplo, algunos diluyentes deben tomarse a la misma hora todos los días.

Nunca pase por alto una dosis y jamás tome una dosis doble.

Si olvidó tomar una dosis, tómela tan pronto como se acuerde ese día. Si olvida tomar el medicamento hasta el día siguiente, llame a su médico para pedirle instrucciones. Si esto ocurre cuando su médico no está disponible, sátese la dosis que olvidó y vuelva a empezar al día siguiente. Anote en un diario o calendario la dosis que se saltó.

Un pastillero con divisiones para cada día ayuda a llevar un buen control de los medicamentos.

2

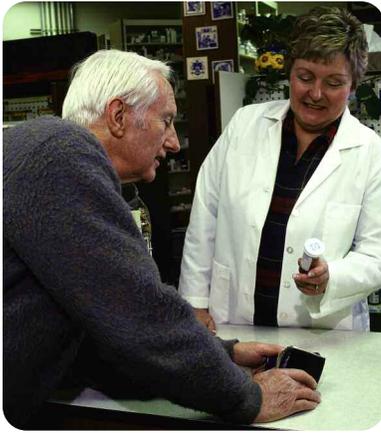
Revise su medicamento

Revise su medicamento al momento de recibirlo de la farmacia.

- ¿Le parece el medicamento distinto al que le recetaron o tiene un aspecto diferente del que esperaba?
- ¿Le parece la pastilla distinta a la que tomaba antes?
- ¿Es el color, la forma o lo que tiene impreso la pastilla diferente de lo que le daban antes?



Si nota algo diferente, pídale al farmacéutico que revise el medicamento. Muy a menudo, son los pacientes los que descubren los errores de medicación.



Uso de otros medicamentos

Informe a su médico sobre todos los medicamentos que toma. El médico necesita saber todo sobre sus medicamentos, incluidos los que usaba antes de empezar a usar el diluyente de la sangre.

Los otros medicamentos pueden alterar el efecto de su diluyente de la sangre. Y a la inversa, el diluyente de la sangre puede alterar el efecto de los otros medicamentos.

Es muy importante que informe de todos los medicamentos a su médico, sea que los compre con o sin receta, así como vitaminas y productos herbarios.

Los productos que contienen aspirina pueden disminuir la capacidad de coagulación de la sangre y así aumentar el riesgo de hemorragia cuando se toma también un diluyente de la sangre. Pregunte a su médico si puede o no tomar aspirina y qué dosis sería la correcta para usted.

Algunos medicamentos que se compran sin receta también pueden interferir con su diluyente de la sangre. Consulte a su médico o farmacéutico antes de usar alguno de los medicamentos comunes que se mencionan a continuación.

Medicamentos para aliviar el dolor (analgésicos), el resfrío o problemas del estómago; por ejemplo:

- | | | |
|-----------------|---------------|-----------------|
| ■ Advil® | ■ Midol® | ■ Pepto Bismol® |
| ■ Aleve® | ■ Motrin® | ■ Sine-Off® |
| ■ Alka-Seltzer® | ■ Nuprin® | ■ Tagamet HB® |
| ■ Excedrin® | ■ Pamprin HB® | ■ Tylenol® |
| ■ ex-lax® | | |

Vitaminas y productos herbarios, como:

- Centrum®, One a Day®, u otros productos multivitamínicos
- Ajo
- Ginkgo biloba
- Té verde

Informe a su médico de todos sus medicamentos.

Siempre informe a su médico de todos los medicamentos que toma. Avísele cuando empiece a tomar un medicamento nuevo y cuando deje de tomarlo e infórmele cuando cambie la dosis del medicamento que toma. Cuando vaya a ver al médico, lleve consigo una lista actualizada de los medicamentos que esté usando, incluso los que compra sin receta (como la aspirina), además de cualquier vitamina o producto herbario que tome.



Posibles efectos secundarios

Cuando se usan diluyentes de la sangre, es importante tener presentes sus posibles efectos secundarios. El sangrado es el efecto secundario más común.

Llame inmediatamente a su médico si se presenta alguno de estos signos de sangrado grave:

- Sangrado menstrual mucho más abundante que lo normal.
- Orina de color rojizo o pardusco.
- Evacuaciones rojizas o con aspecto de alquitrán o brea.
- Sangrado de las encías o la nariz que no se detiene pronto.
- Vómito de color pardusco o rojo brillante.
- Cualquier sustancia de color rojizo al toser.
- Dolor intenso; por ejemplo, de cabeza o de estómago.
- Moretones que no son normales.
- Cortaduras que no dejan de sangrar.
- Una caída grave o un golpe fuerte en la cabeza.
- Mareo o debilidad.

Algunas personas que toman diluyentes de la sangre presentan caída del cabello o brotes en la piel, pero son problemas raros.



Evite riesgos mientras usa diluyentes de la sangre

Llame a su médico o vaya pronto al hospital si sufre una mala caída o un golpe fuerte, aunque no haya sangre visible. Puede estar sangrando aunque no vea la sangre. Por ejemplo, si se cae y se pega en la cabeza, puede estar sangrando dentro del cráneo. O bien, si se lastima un brazo en una caída y luego nota un moretón morado grande, significa que está sangrando bajo la piel.

Debido a que está tomando un diluyente de la sangre, cuide de no lastimarse y causarse sangrado. Necesita tener especial cuidado cuando use cuchillos, tijeras, navajas u hojas de rasurar o cualquier objeto afilado que pueda hacerle sangrar.

También deberá evitar ciertas actividades y deportes que puedan causarle heridas.

Nadar y caminar son actividades seguras. Si piensa iniciar una actividad que le aumentará la cantidad de ejercicio diario, consulte a su médico.

Aun así, puede hacer muchas cosas que le gustan. Si le gusta trabajar en su patio o jardín, puede seguir haciéndolo. Solamente, no olvide usar siempre zapatos y guantes resistentes. Si le gusta andar en bicicleta, asegúrese de usar siempre casco.

Avise a los demás.

Tenga una lista actualizada de todos los medicamentos que toma. Pregunte a su médico si debe usar un collar o pulsera de alerta médica. Así, si llegara a sufrir una lesión grave y no pudiera hablar, la pulsera le hará saber al personal médico que usted toma un diluyente de la sangre.



Para evitar heridas en la casa:

- Use con mucho cuidado cuchillos y tijeras.
- Aféitese con rasuradora eléctrica.
- Lávese los dientes con un cepillo suave.
- Use hilo dental encerado.
- No use palillos para dientes.
- Dentro de la casa, use zapatos o pantuflas que no resbalen.
- Tenga cuidado cuando se corte las uñas de los pies.
- No se corte usted mismo las callosidades.



Para evitar heridas fuera de casa:

- Use siempre zapatos.
- Póngase guantes cuando vaya a usar instrumentos afilados.
- Evite actividades y deportes en los que pueda lastimarse fácilmente.
- Use guantes de jardinería al trabajar en el patio o jardín.

Los alimentos y su diluyente de la sangre

Algunos alimentos alteran la eficacia de los diluyentes de la sangre. Una cantidad grande de vitamina K puede contrarrestar el efecto de algunos diluyentes de la sangre, como la warfarina (Coumadin®). Otros diluyentes de la sangre no son afectados por la vitamina K. Pregunte a su médico si necesita estar atento a la cantidad de vitamina K que consume.

Entre los alimentos que contienen cantidades medianas a grandes de vitamina K:

- | | |
|-----------------------------|----------------------------------|
| ■ Aceite de soya | ■ Espárrago |
| ■ Brócoli | ■ Espinaca |
| ■ Cebollina (cebolla verde) | ■ Lechuga |
| ■ Col | ■ Nabo, berza y hojas de mostaza |
| ■ Col rizada | ■ Perejil |
| ■ Coles de Bruselas | ■ Soya |
| ■ Endibia | |

Arándanos. También debe hablar con su médico para saber si debe evitar tomar jugo de arándanos o de consumir otros productos con arándanos.

Alcohol. Las personas que usan diluyentes de la sangre deben evitar el consumo de alcohol.

Llame a su médico si por alguna razón no puede comer durante varios días. Avísele también si tiene problemas estomacales, vómito o diarrea que duren más de un día. Estos problemas podrían alterar la dosis del diluyente de la sangre.

No cambie su alimentación.

No haga ningún cambio importante en su alimentación ni comience un programa de reducción de peso sin antes consultar a su médico.



Hable con sus otros médicos

En vista de que toma un diluyente de la sangre, lo examinará regularmente el médico que le recetó el medicamento. También es posible que lo atiendan otros médicos, por problemas diferentes. Cuando acuda a ellos, es muy importante que les avise que está tomando un diluyente de la sangre. También debe avisarles a su dentista y a su higienista dental.

Si compra en distintas farmacias, hágale saber a cada farmacéutico que usted toma un diluyente de la sangre.

Los diluyentes de la sangre pueden interactuar con otros medicamentos y tratamientos que le receten otros médicos. Si otro médico le receta un nuevo medicamento, infórmelo al médico que le recetó el diluyente de la sangre, porque es posible que deba cambiar la dosis de éste.

Pruebas de sangre

Cuando se usan diluyentes de la sangre, a veces es necesario hacer análisis frecuentes de la sangre. Estas pruebas ayudan al médico a determinar la cantidad de medicamento que usted necesita.

La prueba de sangre llamada INR (*International Normalized Ratio, en inglés.*) mide la rapidez con que su sangre coagula y le indica al médico si debe cambiar la dosis. Los análisis de sangre ayudan al médico a mantenerlo a usted dentro del margen seguro. Si hay demasiado diluyente de la sangre en el cuerpo, podría sangrar demasiado. Si no hay suficiente, podría formarse un coágulo.

Muy poco

Margen ideal

Demasiado

Puede causar un coágulo

Puede causar sangrado

Una vez que los resultados estén dentro del margen deseado y se logre la dosis correcta, la prueba se hará con menos frecuencia. Puesto que su dosis se basa en los resultados de la INR, es muy importante que se haga la prueba de sangre en la fecha y hora indicadas.

Las enfermedades pueden afectar su prueba INR y su dosis de diluyente de la sangre. Si llega a tener fiebre, gripe o una infección, llame a su médico. Llámelo también si tiene diarrea o vómito que duren más de 1 día.

8

Recordatorios importantes:

- Tome el diluyente de la sangre como lo recetó el médico.
- Hágase las pruebas de sangre que le pidan.
- Nunca se salte una dosis.
- Nunca tome una dosis doble.



El margen de su examen de sangre INR es:

Debe hacerse la prueba de sangre en:

Teléfono: _____

Condiciones médicas comunes

Si tiene alguna de las condiciones médicas que se describen a continuación o existe riesgo de que las tenga, su médico puede que le recete un diluyente de la sangre. Los diluyentes de la sangre facilitan el flujo de la sangre y disminuyen el riesgo de que se formen coágulos de sangre en el organismo.

Fibrilación auricular. La fibrilación auricular, un tipo de latido cardíaco irregular, es un problema frecuente del corazón que la persona puede o no notar. A veces, el corazón late demasiado aprisa o fuera de ritmo y causa la formación de coágulos. A menudo, la fibrilación auricular se identifica en inglés con la abreviatura “A-fib”.

Coágulos de sangre en los pulmones. Un coágulo que se forma en otra parte del cuerpo, por ejemplo una pierna, puede desprenderse y llegar por medio de la sangre hasta los pulmones. Ahí puede adherirse al interior de un vaso que lleva sangre a los pulmones, causando lo que llamamos embolia pulmonar. Si los pulmones no reciben suficiente sangre, se dañan, y la persona puede dejar de respirar.

Coágulos. Los coágulos (causantes de trombosis venosa profunda; DVT por sus siglas en inglés) se forman en las venas. Las venas de la parte más profunda de las piernas, sobre todo pantorrillas y muslos, son los sitios más comunes de formación de coágulos. Pueden dañar los vasos sanguíneos de las piernas, desprenderse y causar daño en otros órganos.

Antecedentes familiares. Algunas personas son más propensas a formar coágulos, por sus antecedentes familiares. Algunas tienen una condición genética que hace que la sangre forme coágulos potencialmente peligrosos.

Ataque cardíaco. Se produce un ataque cardíaco (infarto) cuando el corazón no recibe suficiente sangre. Y esto ocurre cuando se obstruyen uno o más de los vasos sanguíneos que llevan sangre al corazón.

Enfermedad valvular cardíaca. Se llama enfermedad valvular cardíaca cualquier problema que afecte a una o más de las cuatro válvulas del corazón. Las válvulas se encargan de que la sangre fluya siempre en una sola dirección. Funcionan como una puerta que se abre para dejar que la sangre fluya entre las cavidades del corazón.

Reemplazo de válvulas cardíacas. Las válvulas naturales del corazón pueden sustituirse con diversos tipos de válvulas artificiales. El material del que están hechas puede propiciar que la sangre se pegue y forme coágulos.

Derrame. Se produce un derrame cuando un coágulo obstruye un vaso sanguíneo en el cerebro. Esta obstrucción corta el suministro de sangre a una parte del cerebro, lo cual puede causar problemas para hablar, tragar los alimentos o mover diferentes partes del cuerpo. El riesgo de tener un derrame es mayor en personas que ya tuvieron un ataque cardíaco.

Este folleto está basado en una publicación creada por Carla Huber, A.R.N.P., M.S., de la Cedar Rapids Community Anticoagulation Clinic (Clínica Comunitaria de Anticoagulación de Cedar Rapids), en Cedar Rapids, Iowa (chuber@pcofiowa.com), según contrato número 1 U18 HSO15830-01 de la Agency for Healthcare Research and Quality (Agencia para la Investigación y Calidad de la Atención Médica, AHRQ por sus siglas en inglés), para el Kirkwood Community College (Colegio Comunitario de Kirkwood).

AHRQ desea agradecer a Stephen E. Kimmel, M.D., M.S.C.E., del AHRQ's Center for Education & Research on Therapeutics (Centro para la Educación y la Investigación en Terapéutica de AHRQ) en la University of Pennsylvania School of Medicine (Escuela de Medicina de la Universidad de Pennsylvania), por la revisión experta que hizo de este documento.

Este folleto es de dominio público y puede utilizarse e imprimirse sin autorización especial. Se agradecerá citar la fuente.

Cómo pedir los folletos de AHRQ

Si desea obtener más ejemplares de este folleto, escriba a AHRQ Publications Clearinghouse, a la dirección electrónica AHRQPubs@ahrq.hhs.gov, o llame gratis al teléfono 1-800-358-9295. Para obtener este folleto y un video sobre diluyentes de la sangre en pastilla visite www.ahrq.gov/btpills.htm. Para conocer otros materiales para consumidores y pacientes, acuda al sitio web de AHRQ en español: <http://www.ahrq.gov/consumer/espanoix.htm>