

TERAPIA DE ANTICOAGULACIÓN CON WARFARINA

CLÍNICA DE ANTICOAGULACIÓN



**FUNDACIÓN
VALLE DEL LILI**

Excelencia en Salud al servicio de la comunidad

TERAPIA DE ANTICOAGULACIÓN CON WARFARINA

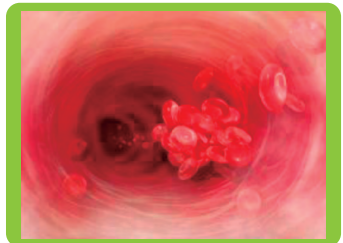
Un trombo es un coágulo de sangre que no se disuelve y permanece dentro del vaso sanguíneo en el que se ha formado (arteria o vena). Estos trombos se producen por alteraciones en los mecanismos de coagulación del organismo. El trombo o un fragmento del mismo puede desprenderse y viajar a través del vaso sanguíneo (émbolo) hacia otros sitios del organismo.

Tanto los trombos como los émbolos pueden enclavarse en diferentes sitios de los vasos sanguíneos y bloquear parcial o totalmente el flujo de sangre posterior a ellos. Este bloqueo del paso de la sangre hace que no lleguen nutrientes y oxígeno al territorio después de la obstrucción, lo que se conoce como isquemia, la cual, si persiste en el tiempo, puede llevar a destrucción (infarto) o muerte (necrosis) del tejido.

Los émbolos pueden desplazarse hacia la circulación de las extremidades (especialmente piernas y pies), el cerebro (ictus, accidente cerebrovascular o derrame cerebral), los pulmones (embolismo pulmonar) o el corazón (infarto cardíaco), entre otros.

El objetivo de la terapia anticoagulante es la prevención de la formación de trombos o émbolos o la prevención de aparición de nuevos episodios (recurrencias). Los pacientes que se benefician de este tratamiento son:

- Pacientes que ya han tenido un episodio de trombosis o embolia y tienen un riesgo elevado de que estos eventos se repitan.
- Pacientes que no han tenido episodios de trombosis o embolismo previo, pero que tienen una enfermedad o diferentes factores de riesgo que aumentan la probabilidad de presentar estos episodios.



SU MÉDICO LE HA FORMULADO (Presentación):

INDICACIÓN PARA TERAPIA ANTICOAGULANTE:

SU INR DEBE ESTAR ENTRE:

LO QUE USTED DEBE SABER Y HACER

La Warfarina es el anticoagulante oral más utilizado en nuestro medio. Por las características del medicamento, su dosificación y administración, debe controlarse y monitorizarse cuidadosamente. Existen diferentes factores relacionados con el paciente y con el medio externo que pueden afectar la Warfarina, como: el uso de medicamentos para otras condiciones, consumo de ciertos alimentos y bebidas, enfermedades asociadas, descompensaciones médicas, enfermedad hepática, enfermedad renal, etc.

El tratamiento anticoagulante no elimina completamente el riesgo de formación de trombos o embolias pero si disminuye en forma importante su incidencia.

Usted, su médico y el personal de la Clínica de Anticoagulación deben trabajar juntos para lograr una adecuada anticoagulación con este medicamento.



¿Cómo actúa la Warfarina?

La Warfarina actúa bloqueando la acción de la vitamina K. El cuerpo necesita la vitamina K para crear factores de coagulación. Si se bloquean algunos de estos factores de coagulación, es posible prevenir la formación de coágulos sanguíneos, pero si se bloquean demasiados, existe un riesgo mayor de presentar sangrados. Por esto es importante encontrar el equilibrio justo.

¿Cómo y cuándo debo tomar Warfarina?

La warfarina se administra una vez al día por vía oral. Cada persona necesita tomar diferentes dosis según sus condiciones, necesidades y enfermedades. Por lo anterior se deben seguir las instrucciones específicas. Si tiene alguna duda, consulte a su médico o al personal de la Clínica de Anticoagulación.

Warfarina... ¿Medicamento genérico o medicamento comercial?

Existen varias presentaciones comerciales de la Warfarina. Aunque estas pueden ser más económicas, a menudo tienen una potencia diferente a la marca comercial original, Coumadin. La diferencia en potencia puede afectar el equilibrio entre los factores de la coagulación, esto es, entre el riesgo de formación de trombos y el riesgo de sangrado. Es importante tomar siempre la misma marca de la Warfarina, pues los cambios en las marcas se asocian a variabilidad en la anticoagulación y al aumento del riesgo de formación de trombos o sangrado. Si tiene alguna duda, consulte a su médico o al personal de la Clínica de Anticoagulación.

GUÍA DE DOSIFICACIÓN DE LA WARFARINA

- **Qué dosis tomar:** Su médico o el personal de la Clínica de Anticoagulación le informan exactamente qué cantidad (dosis) de medicamento debe tomar cada día de la semana, de acuerdo a los resultados de laboratorio (Relación Internacional Normalizada o INR, por sus siglas en inglés). Es normal que la dosis del medicamento se deba modificar con el paso del tiempo y según los controles regulares.
- **Cuándo tomar el medicamento:** Usted debe tomar la Warfarina todos los días a la misma hora. Se prefiere que el paciente la ingiera por la noche. De este modo, si sus análisis sanguíneos indican que necesita un cambio en la dosis, esta se pueda ajustar antes de la dosis correspondiente. Se puede tomar con o sin comidas.

- **Qué hacer si se olvida una dosis:** Si olvida tomar una dosis de Warfarina, tómela tan pronto lo recuerde si aún no ha terminado el día. Si es la hora para su siguiente dosis, omita la dosis que olvidó el día anterior y sólo tome la dosis actual (no duplique la dosis). **Nunca intente compensar la dosis no tomada.** Anote en su hoja de control la dosis que olvidó. Informe a su médico o al personal de la Clínica de Anticoagulación en su próxima visita. Si olvidó dos dosis o más, debe realizar un control de INR, ya que puede requerir ajuste de la dosis.
- **No deje acabar las pastillas.** Es recomendable mantener una caja del medicamento como reserva. Nunca deje de tomar el medicamento sin indicación médica o del personal de la Clínica de Anticoagulación.

¿Cómo saber si estoy tomando la dosis correcta de Warfarina?

Cuando está tomando Warfarina, debe realizarse análisis de sangre periódicos para controlar su tiempo de protrombina (INR). Una prueba de INR determina cuánto tiempo tarda su sangre en formar coágulos y ayuda a saber si usted está tomando la cantidad correcta de Warfarina. No requiere ayuno para tomar el exámen.

Un valor muy alto de INR indica que tiene unos niveles demasiado altos de anticoagulante en sangre (se recomienda disminuir la dosis), y un valor muy bajo de INR indica que tiene unos niveles demasiado bajos de anticoagulante en sangre (se recomienda aumentar la dosis).

¿Con cuánta frecuencia debo realizarme la prueba de INR?

Usted se debe realizar el examen de INR:

- 2-3 días después de iniciar el tratamiento con Warfarina.
- Varios días después de modificar la dosis del medicamento.
- Cada mes, si los niveles han estado dentro de los rangos esperados.
- Al inicio de la terapia pueden llegar a ser necesarios exámenes de INR semanales durante las primeras semanas, luego cada dos o tres semanas y una vez estable el valor de INR, este se debe realizar mensualmente. Una vez que sus valores de INR se estabilicen, disminuirá la frecuencia de las pruebas. Usted siempre deberá realizarse la prueba de INR al menos una vez por mes.

¿Cuál debe ser el valor de mi INR?

El valor normal de INR en personas que no toman anticoagulantes es menor a 1.5. Si usted toma Warfarina, su nivel de INR deberá estar por encima de 2.0. Este valor puede variar dependiendo de la enfermedad o la condición que hace necesario tomar Warfarina, debiendo estar generalmente entre 2.0 a 3.0 o incluso llegar a ser necesario valores de INR hasta 3.5. Este valor o rango de valores lo define su médico tratante y el personal de la Clínica de Anticoagulación deberá hacer los ajustes necesarios en la dosis de Warfarina para lograr llegar y mantener estas metas propuestas. Es importante tener en cuenta si hay cambios en su dieta, en su estado de salud o en el uso de otros medicamentos, ya que estas variables son importantes para los posibles ajustes que se puedan requerir.

Sugerencias para la dosificación:

- **Use un PASTILLERO:** Esta es una buena manera de controlar su dosis diaria y de recordar tomar su dosis todos los días. Al comienzo de cada semana llene el pastillero con la dosis correcta para cada día de la semana.
- **Utilice una tabla de dosificación diaria,** para dar seguimiento a sus instrucciones de dosificación y a cualquier cambio con base en sus análisis de sangre (INR). Anote en la hoja de control cualquier dosis no tomada.
- Verifique que la pastilla a tomar sea la correcta:
 - Warfarina sódica (medicamento genérico): Tabletas de 5 mgs.
 - Warfarina (medicamento comercial): Tabletas de 2.5 y 5 mgs.
- Use un partidor de pastillas para lograr dosis más exactas.

EJEMPLO DE TABLA DE DOSIFICACIÓN DIARIA



Fecha: del 17 junio hasta el 24 de junio

Presentación de la tableta: Warfarina tableta x 5 mgr

Control: 24 junio

Hora: 9:00 a.m.

Hora de toma: 8:00 p.m.

¿Qué más debo saber acerca de la ingesta de warfarina?

Muchos factores afectan la acción de este medicamento anticoagulante.

Es importante que los conozca y siga cuidadosamente los consejos de su médico y el personal de la Clínica de Anticoagulación.

ALIMENTOS Y BEBIDAS

Alimentos y Vitamina K

Sea consistente con la cantidad de alimentos ricos en vitamina K que ingiere día a día (debe consumir un alimento rico en vitamina K diario en cantidades pequeñas); de este modo, su médico y el personal de la Clínica de Anticoagulación podrán ajustar más fácilmente su dosis de Warfarina. Consumir una cantidad excesiva de alimentos ricos en vitamina K podría contrarrestar el efecto de la Warfarina (INR bajo). Por el contrario, una cantidad reducida de alimentos con vitamina K puede aumentar el efecto de la Warfarina (INR alto). Estos son algunos alimentos ricos en vitamina K y la cantidad recomendada:

Alimento	Cantidad diaria recomendada
La mayoría de verduras verdes: Lechugas, repollo, coliflor, brócoli, cebolla, espinaca	1/2 taza pequeña
Aguacate	1/4 (1 porción)
Espárragos	1/2 taza pequeña
Frijol verde, garbanzos, arvejas verdes	1/2 taza pequeña
Leche de soya	1/2 taza pequeña
Hígado de res	1 porción pequeña
Hígado de pollo	1 porción pequeña
Lomo de cerdo	1 porción pequeña
Salmón, atún, trucha	1 porción pequeña
Queso	1 porción pequeña
Café / Té negro	dos tazas pequeñas diarias
Té verde	1 taza diaria
Se debe consumir un solo alimento de este grupo diariamente. El queso y el café no reemplazan los demás alimentos.	

Se debe tener precaución con las bebidas aromáticas ya que por sus propiedades también pueden modificar la acción de la Warfarina.

Alcohol y Warfarina

Evite el consumo de alcohol. El uso/abuso de alcohol puede afectar su nivel de INR, lo que dificulta el manejo de su dosis de warfarina. Además, el estado de embriaguez aumenta el riesgo de caídas o tropezones, lo cual puede tener graves complicaciones en pacientes anticoagulados.

OTRAS CONSIDERACIONES

Interacciones de los medicamentos con la Warfarina

Dado que muchos medicamentos pueden alterar los efectos de la Warfarina (disminuir o aumentar su potencia), usted debe informar a su médico y al personal de la Clínica de Anticoagulación sobre **TODOS** los medicamentos que toma. Recuérdele a todos los especialistas que lo evalúan o tratan para otras condiciones, **que usted está tomando Warfarina**. Su médico necesita saberlo antes de indicarle medicamentos nuevos o procedimientos específicos.

Medicamentos con los que hay que ser cuidadoso

Contacte a su médico o al personal de la Clínica de Anticoagulación si empieza, suspende o cambia la dosis de cualquier medicamento, especialmente:

- Antibióticos (si le indican una serie de 3 días o más)
- Antidepresivos
- Amiodarona
- Medicamentos para el colesterol
- Hormona tiroidea
- Estrógenos - progestágenos
- Esteroides
- Multivitaminas

Alivio del dolor / Analgésicos

Evite el uso de aspirina, ibuprofeno (Advil), diclofenaco o naproxeno a menos que se lo indique su médico. Es aceptable tomar acetaminofén (p.ej: Dolex), pero se debe limitar la dosis a menos de 4 tabletas diarias de 500 mgs cada una.

Las inyecciones intramusculares están contraindicadas. De ser necesarias, se debe presionar el sitio de la punción por lo menos 5 minutos para evitar complicaciones como la formación de hematomas.

Suplementos herbales y multivitamínicos

Consulte a su médico o al personal de la Clínica de Anticoagulación antes de ingerir dichos suplementos, o informe en caso de estarlos recibiendo. El uso de Dong - Quai, Ginko Biloba, Hierba de San Juan (Estar Bien) y Ginseng están contraindicados.

Enfermedad, estrés y otros factores

Tanto las enfermedades como el estrés pueden alterar los efectos de la Warfarina. Si usted ha estado enfermo u hospitalizado puede ser necesario realizar un INR antes de la fecha programada y en algunos casos con mayor frecuencia para ajustar su dosis durante ese tiempo.

Actividades de alto riesgo

Consulte con su médico antes de hacer cualquier actividad que lo exponga a lastimarse. Esto incluye deportes extremos o de contacto, trabajo con herramientas cortopunzantes, etc. Cuando se toma Warfarina, una herida profunda o grave podría provocar una hemorragia severa.

Embarazo

No ingiera Warfarina si está iniciando el embarazo o planea quedar embarazada ya que este medicamento puede provocar defectos congénitos e incluso abortos. En este caso consulte con su médico tratante acerca de otras opciones de anticoagulación ya que es posible que deba suspender este medicamento en forma temporal. Si tiene posibilidad de quedar embarazada use métodos anticonceptivos y si cree estar embarazada contacte a su médico o la Clínica de Anticoagulación de inmediato.

Procedimientos quirúrgicos y dentales

En ocasiones es necesario suspender la Warfarina antes de someterse a una cirugía; sin embargo hay muchos procedimientos menores que se pueden realizar sin suspender el medicamento. Asegúrese de contactar a su médico o al personal de la Clínica de Anticoagulación al menos 2 semanas antes de cualquier procedimiento programado.

- Si le han recomendado que suspenda la Warfarina antes de someterse a un procedimiento quirúrgico o dental. Trate de comunicarse 2 semanas antes del procedimiento con su médico o el personal de la Clínica de Anticoagulación para las recomendaciones necesarias. Es probable que requiera suspender la Warfarina y administrarse otro medicamento antes y después del procedimiento programado.

¿Y las citas de seguimiento?

Cumpla con TODAS sus citas de seguimiento. Recuerde que, en la mayoría de los casos, debe realizarse una prueba de INR al menos una vez por mes y una revisión médica al menos una vez por año. Usted, su médico y la Clínica de Anticoagulación pueden lograr los mayores beneficios de su tratamiento anticoagulante con Warfarina de una manera segura.

SIGNOS DE ALARMA

Contacte a su médico o al personal de la Clínica de Anticoagulación:

- Si comienza, suspende o cambia la dosis de algún medicamento.
- Si ha estado muy enfermo u hospitalizado: su médico o el personal de la Clínica de Anticoagulación ajustarán la dosis de Warfarina según su situación actual.
- Si presenta caídas o golpes, especialmente si sufre lesiones en la cabeza.
- Si nota alguno de estos síntomas relacionados con posible sobreanticoagulación:
 - Hematomas inusuales.
 - Sangrado abundante en encías.
 - Sangrado nasal que no resuelve espontáneamente.
 - Aumento del flujo menstrual.
 - Vómito con sangre.
 - Deposición negra.
 - Intolerancia gástrica, náuseas, vómitos.
- Si tiene signos o síntomas que indiquen presencia de coágulos en la sangre: dolor, hinchazón o enrojecimiento de alguna extremidad, dificultad para respirar, dolor en el pecho, tos, sudoración, debilidad repentina, dificultad para hablar o caminar, confusión, visión borrosa aún en forma transitoria.

Consulte al servicio de urgencias si nota alguno de los siguientes síntomas:

- Dolor de cabeza repentino y muy intenso.
- Deposiciones negras, alquitranadas, malolientes o con sangre roja brillante.
- Mareo, desmayo o debilidad repentinos.
- Dolor agudo e intenso en una articulación (tobillo, rodilla, muñeca, codo, hombro o cadera).
- Visión borrosa repentina.
- Dolor de pecho repentino con o sin falta de aire.
- Dificultad para hablar o para mover un lado o una parte del cuerpo.
- Sangrado intenso nasal o en cavidad oral.
- Orina de color rosado, rojizo o marrón oscuro.
- Vómito con sangre.
- Si tiene una herida que no para de sangrar con medidas locales.

Nunca deje de tomar este medicamento sin consultar antes con su médico tratante o con el personal de la Clínica de Anticoagulación, ya que esto aumentaría el riesgo de presentar complicaciones relacionadas con la formación de trombos o émbolos.

TERAPIA DE ANTICOAGULACIÓN CON WARFARINA

ALMACENAMIENTO SEGURO DE MEDICAMENTOS

1. Almacenar siempre los medicamentos fuera del alcance de los niños.
2. Guardar los medicamentos en un lugar limpio, seco y fresco.
3. Verificar la fecha de vencimiento cada vez que se tome un medicamento y reemplazarlo por uno nuevo en caso de estar vencido.
4. Nunca usar un medicamento que haya cambiado de color o consistencia, sin importar la fecha de vencimiento.
5. Manténgase en un sitio seco a una temperatura inferior a 25°C.
6. Se recomienda botar las jeringas que se rompan o se quiebren en los puntos establecidos para ello en algunas farmacias.

RECOMENDACIONES PARA LOS VIAJES

1. Antes de salir de casa, se debe hacer una lista de los medicamentos que recibe y sus dosis. Debe incluir también el nombre y el número de teléfono del médico tratante y de la Clínica de Anticoagulación.
2. Llevar la fórmula médica actualizada en caso de que esta llegue a ser solicitada por las autoridades.
3. Se recomienda llevar los medicamentos en un bolso de mano en lugar de llevarlos en las maletas.
4. Se aconseja llevar dosis adicionales de los medicamentos en caso de que el retorno se retrase.
5. Se recomienda no dejar nunca los medicamentos en un auto donde el calor puede destruirlos rápidamente.
6. Se deben verificar los cambios de horario durante los viajes. Se debe sincronizar un reloj adicional con la hora habitual, de tal manera que la persona pueda recordar cuándo debe tomar el medicamento.

Contacto Clínica de Anticoagulación:
**En caso de tener alguna duda, consulte con su médico
tratante o con la Clínica de Anticoagulación.**
Celular: 3137991462 / Teléfono: 3319090 ext: 7426 - 7485
Citas 6805757 – ext. 7454
anticoagulacion@fcvl.org

**CLÍNICA DE
ANTICOAGULACIÓN**

 **FUNDACIÓN
VALLE DEL LILI**
Excelencia en Salud al servicio de la comunidad