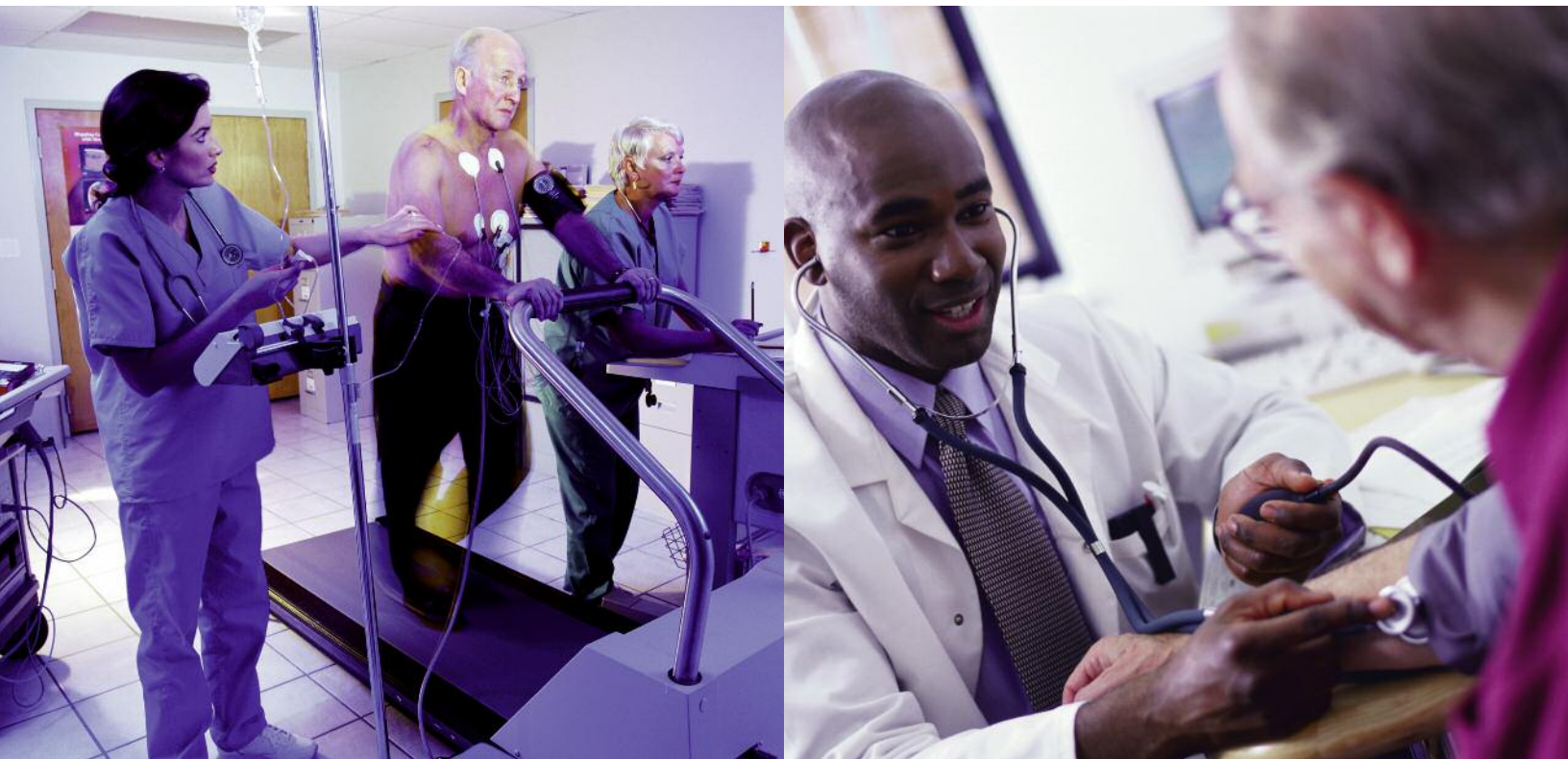


Su guía para el tratamiento con Coumadin®/warfarina



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

Notas:

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 sin costo al 800-358-9295. Para conocer otros materiales para consumidores y pacientes, visite la página web de AHRQ, www.ahrq.gov/consumer.

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), Cedar Rapids, Iowa (chuber@pcofiowa.com), según contrato número 1 U18 HSO15830-01 de la Agency for Healthcare Research and Quality (AHRQ; Agencia para la Investigación y Calidad de la Atención Médica), para el Kirkwood Community College.

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

Contenido

Introducción.....	2
Qué es Coumadin®/warfarina y cómo le ayuda	3
Cómo se toma Coumadin®/warfarina	3
Pruebas de sangre	4
Posibles efectos secundarios	5
Protéjase cuando tome Coumadin®/warfarina.....	6
Uso de otros medicamentos	8
La dieta de la persona que toma Coumadin®/warfarina	10
Comparta información con sus otros médicos.....	11
Trastornos médicos.....	12
Coágulos de las piernas (trombosis y embolia)	12
Coágulos pulmonares	12
Ataque cardíaco	12
Enfermedad valvular cardíaca	12
Reemplazo de válvulas cardíacas	13
Latidos irregulares.....	13
Infarto cerebral (embolia o derrame)	13

¡Advertencia!

Los médicos recomiendan evitar el uso de Coumadin®/warfarina en mujeres embarazadas o que piensan embarazarse. Coumadin®/warfarina puede ocasionar defectos de nacimiento o hemorragias que podrían dañar al bebé o incluso causarle la muerte antes de nacer.



Introducción

Su médico* ha empezado a administrarle el medicamento Coumadin® (nombre genérico: warfarina). El paciente que usa Coumadin®/warfarina necesita una vigilancia cuidadosa. Deberá hacerse análisis de sangre frecuentemente. Asimismo, deberá cuidarse de no lastimarse y causarse hemorragias. Su médico le ayudará a mantenerse saludable y seguro mientras toma Coumadin®/warfarina.

Es natural que se preocupe cuando empieza a tomar un medicamento nuevo, sobre todo cuando debe tomarlo por largo tiempo. Para que conozca mejor su medicamento, su médico le ha dado este folleto, que puede leer y consultar en casa. La información que contiene le ayudará a comprender por qué está tomando Coumadin®/warfarina y cómo mantener un buen estado de salud. Por favor, tómese el tiempo necesario para leer toda la información.

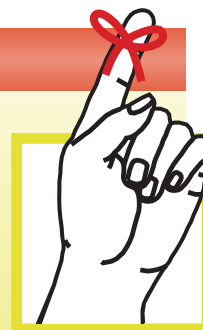


Datos importantes:

Llame a su médico si tiene alguna pregunta.

■ El número de teléfono de su médico es:

■ El número de teléfono de su farmacia es:



Usted puede mantenerse saludable a pesar de tener un trastorno médico que requiere un medicamento especial. Su colaboración estrecha con el médico logrará que el uso de un medicamento como Coumadin®/warfarina no le impida vivir bien y sin riesgos.

*En este folleto, el término “médico” se usa indistintamente para referirse al médico, la enfermera, asistente médico, enfermera clínica, farmacéutico u otro profesional de la salud.



Qué es Coumadin®/warfarina y cómo le ayuda

Si su sangre está demasiado espesa y forma coágulos, existe el riesgo de que ocurra un infarto cardíaco o cerebral u otros problemas de salud graves. Coumadin®/warfarina es un medicamento que ayuda a evitar que la sangre forme coágulos. Por eso es un medicamento anticoagulante; “anti” significa “en contra de” y “coagulante” es aquello que se espesa hasta formar un gel o sólido. A estos medicamentos se les llama también diluyentes de la sangre. Piense en cómo escurre la miel cuando se sirve: es espesa, pegajosa y fluye lentamente. Coumadin®/warfarina ayuda a que su sangre fluya más fácilmente y no se espese o coagule.

Algunas personas están más propensas a formar coágulos. Consulte a su médico para saber si usted corre ese riesgo.

Coumadin®/warfarina:

- Impedirá que su sangre forme coágulos.
- Ayudará a que la sangre fluya más fácilmente.

Cómo se toma Coumadin®/warfarina

Tome siempre sus pastillas como lo ordene el médico. Deberá tomarlas solamente los días que él le indique. Cada persona necesita una cantidad diferente de Coumadin®/warfarina. La dosis se basa en un examen de sangre llamado INR (del inglés: International Normalized Ratio). La cantidad de medicamento que se debe tomar puede variar según los resultados del examen de sangre. El medicamento debe tomarse siempre a la misma hora, normalmente por la noche.

Coumadin®/warfarina puede tomarse con otros medicamentos. Nunca pase por alto una dosis y jamás tome una dosis doble. Si dejó de tomar una dosis, tómela tan pronto como se acuerde ese mismo día. Si no se



acuerda hasta el día siguiente, llame a su médico para pedirle instrucciones. Si el olvido ocurrió en un fin de semana o día festivo y no logra comunicarse con su médico, no tome esa dosis y comience nuevamente al día siguiente. Anote en un diario la dosis que no tomó. Un pastillero marcado con los días de la semana le ayudará a llevar el control de sus dosis.

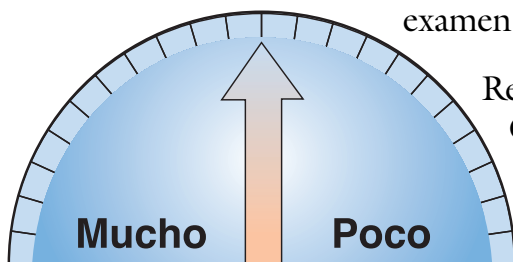
Lista de comprobación:

- ☐ Hágase las pruebas de sangre como se le indica.
- ☐ Nunca deje de tomar sus dosis.
- ☐ Nunca tome una dosis doble.
- ☐ Tome Coumadin®/warfarina siempre a la misma hora que el médico indique.



Pruebas de sangre

El médico decidirá la cantidad de Coumadin®/warfarina que usted necesita, de acuerdo con los resultados de una prueba de sangre. La prueba mide el tiempo que tarda la sangre en coagular, de modo que el médico pueda saber si es necesario cambiar la dosis. Si el valor resultante de la prueba es demasiado alto, indicará el riesgo de que ocurran problemas de sangrado. Si es muy bajo, señalará el riesgo de que se formen coágulos. Su médico determina el margen de resultados del examen que es apropiado para usted.



Regular la fluidez de la sangre con Coumadin®/warfarina es como equilibrar una balanza. Una dosis demasiado alta aumentará el riesgo de sangrado; con una demasiado baja, la

sangre se coagulará. El equilibrio se logra manteniendo la sangre dentro del margen deseado. Es posible que al empezar a tomar Coumadin®/warfarina se le hagan pruebas de sangre frecuentes. Una vez que los resultados estén dentro del margen deseado y se logre la dosis correcta, la prueba se hará con menos frecuencia. Debido a que su dosis se basa en los resultados de la prueba de sangre INR, es muy importante que se haga la prueba en la fecha y hora que le indiquen.

Las enfermedades pueden afectar su prueba INR y su dosis de Coumadin®/warfarina. Si llega a tener fiebre, gripe (influenza) o una infección, llame a su médico. Llámelo también si tiene diarrea o vómito que duren más de 1 día.

Conozca el margen de INR de su examen de sangre.

■ El margen INR de mi examen de sangre es:

Posibles efectos secundarios

Puede haber efectos secundarios cuando se toma Coumadin®/warfarina. Un efecto secundario posible es el sangrado. Para disminuir el riesgo de sangrado, el nivel de Coumadin®/warfarina en la sangre se mantendrá dentro de un margen apropiado para usted. Aunque su prueba de sangre INR esté dentro del margen correcto, puede haber hemorragias pequeñas, que se manifiestan por la fácil formación de moretones o por



sangrado leve de las encías al cepillarse los dientes. Algunas personas presentan caída de pelo o sarpullido, pero estos problemas son raros. Si nota algún síntoma extraño que parezca causado por el medicamento, llame a su médico.

Sangrado leve—puede ocurrir de vez en cuando:

- Sangrado de las encías al cepillarse los dientes.
- Sangrado ocasional por la nariz.

- Fácil formación de moretones.
- Sangrado después de una herida menor, que se detiene a los pocos minutos.
- Sangrado menstrual un poco más abundante de lo normal.

Sangrado importante —llame a su médico o vaya de inmediato a la sala de emergencias del hospital más cercano si le ocurre algo de lo siguiente:

- Orina rojiza, oscura o de color café o de refresco de cola.
- Evacuaciones rojizas o con aspecto de alquitrán o brea.
- Sangrado de las encías o la nariz que no se detiene pronto.
- Vómito de color café o rojo intenso.
- Flemas de color rojizo al toser.
- Dolor intenso; por ejemplo, de cabeza o de estómago.
- Moretones que aparecen de forma repentina y sin motivo.
- Sangrado menstrual mucho más abundante que lo normal.
- Una herida que no deja de sangrar después de 10 minutos.
- Una caída grave o un golpe fuerte en la cabeza.
- Mareo o debilidad.

Protéjase cuando tome Coumadin®/warfarina

Tenga especial cuidado al usar instrumentos que puedan hacerle sangrar, como cuchillos y tijeras. Deberá evitar ciertas actividades y deportes que puedan causarle heridas. Por ejemplo, no le conviene practicar deportes



de riesgo mientras toma

Coumadin®/warfarina. Esto no significa que no pueda hacer las cosas que le gustan. Por ejemplo, si le gusta trabajar en su patio o jardín, use siempre zapatos y guantes resistentes. La natación y la caminata son actividades que puede realizar sin riesgos.

Es muy importante tener presente que puede estar sangrando aunque no se vea la sangre. Por ejemplo, si se cae y se pega en la cabeza,

puede tener hemorragia dentro del cráneo. O bien, si se cae y se lastima un brazo pueden aparecer moretones grandes que indican un probable sangrado bajo la piel. **Llame a su médico o vaya pronto al hospital si sufre una mala caída, aunque parezca no haber sangrado.**



Pregunté a su médico si le conviene usar un collar o pulsera de alerta médica. De este modo, si llegara a sufrir una lesión importante y no pudiera hablar, esos distintivos le harían saber al personal médico que usted toma Coumadin®/warfarina.

Manténgase activo.

El ejercicio es muy importante para su salud. Piense en los deportes y las actividades que le gustan. Al hacerlas, ¿corre el riesgo de lesionarse? Por ejemplo, si le gusta andar en bicicleta, use casco y guantes. Si desea empezar una nueva actividad que requiera un mayor nivel de ejercicio diario, consulte a su médico.

Para evitar heridas en espacios interiores:

- Use con cuidado cuchillos y tijeras.
- Aféitese con máquina (rasuradora).
- 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 al cortarse las uñas de los pies.
- No se corte usted mismo las callosidades.

Para evitar heridas en lugares abiertos:

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

Uso de otros medicamentos

El uso de Coumadin®/warfarina puede alterar los efectos de otros medicamentos y, a la inversa, también otros medicamentos pueden modificar los efectos de Coumadin®/warfarina. **Es muy importante que informe a su médico de otros medicamentos que esté tomando, incluidos los que se venden sin receta, antibióticos, vitaminas y productos a base de hierbas.**

Cualquier producto que contenga aspirina puede disminuir la capacidad de coagulación y por ese motivo ser perjudicial cuando se toma Coumadin®/warfarina. Si toma aspirina diariamente, pregunte a su médico qué dosis es apropiada para usted.

Otros medicamentos que se compran sin receta pueden contener aspirina. Su médico debe autorizar el uso simultáneo de cualquier otro medicamento, incluidos los que ya tomaba antes de empezar a usar Coumadin®/warfarina. A continuación se enumeran algunos de los medicamentos comunes que el médico debe aprobar.

Medicamentos para aliviar el dolor, como:

- Excedrin®.
- Acetaminofén (Tylenol®).
- Naproxén (Aleve®).
- Ibuprofén (Advil®, Motrin®, Nuprin®, Midol®, Pamprin HB®).

Medicamentos para tratar problemas estomacales, como:

- Cimetidina (Tagamet HB®).
- Subsalicilato de bismuto (Pepto Bismol®).
- Laxantes y ablandadores de heces.
- Alka-Seltzer®.

Productos a base de hierbas, como:

- Preparados de ajo.
- Té verde.
- Ginkgo biloba.

Vitaminas.



Revise el Coumadin®/warfarina que está tomando. ¿El medicamento parece distinto del que el médico le recetó originalmente o es diferente de lo que usted esperaba? ¿Tiene el medicamento nuevo un aspecto distinto del que usaba antes? ¿Es el color igual al del medicamento anterior? Si algo le parece diferente, pida al farmacéutico que lo revise. La mayoría de errores de este tipo los descubren los propios pacientes.

Los medicamentos tienen una apariencia diferente: Las pastillas de Coumadin® (fila de arriba) y las de warfarina genérica (fila de abajo).



Revise su medicamento.

Siempre informe a su médico de todos los medicamentos que toma. Avísele cuando empiece a tomar uno nuevo y cuando deje de tomarlo. Lleve consigo una lista de los que esté tomando, incluso los que no requieren receta—como la aspirina—, además de cualquier vitamina y productos herbarios que tome.

La dieta de la persona que toma Coumadin®/warfarina

Algunos alimentos alteran la eficacia de Coumadin®/warfarina. Una cantidad alta de vitamina K puede contrarrestar el efecto de Coumadin®/warfarina. Pregunte a su médico qué cantidad de vitamina K es adecuada para usted.

Los siguientes alimentos contienen vitamina K:

Frutas y verduras, como:

- Kiwi.
- Arándanos.
- Brócoli.
- Repollo (col).
- Coles de Bruselas.
- Cebollina (cebolla verde).
- Espárrago.
- Coliflor.
- Guisantes (chícharos).
- Lechuga.
- Espinacas.
- Hojas verdes de nabo, berza y mostaza.
- Perejil.
- Col rizada.
- Endibia (escarola lisa).

Carnes, como:

- Hígado de res.
- Hígado de cerdo.

Otras:

- Mayonesa.
- Margarina.
- Aceite de canola.
- Aceite de soya.
- Vitaminas.
- Frijol de soya.
- Nuez de cajú (anacardo, marañón).

Mantenga la misma dieta.

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

Llame a su médico si por alguna razón deja de comer normalmente durante varios días. Avísele también si tiene problemas estomacales, vómito o diarrea que duren más de un día. Estos problemas podrían alterar su dosis de Coumadin®/warfarina.

Limite el consumo de alcohol. Las bebidas alcohólicas pueden afectar su dosis de Coumadin®/warfarina, aunque eso no significa que deba evitarlas del todo. El consumo de alcohol puede entrar en conflicto con Coumadin®/warfarina si toma más de dos tragos al día o cambia su forma de beber. El consumo intenso ocasional de bebidas alcohólicas (del tipo parranda) no le favorece en absoluto. Tenga cuidado con el alcohol en fiestas u ocasiones especiales, y beba solamente la cantidad que tomaría en cualquier día normal de la semana.



Comparta información con sus otros médicos

El médico que le recetó Coumadin®/warfarina tendrá que examinarlo periódicamente. Para atender su salud quizá deba consultar regularmente también a otros profesionales. Cuando acuda a éstos, es muy importante que les avise que está tomando Coumadin®/warfarina. También debe avisarles a su dentista y a su higienista dental. Si otro médico le receta un medicamento nuevo, infórmelo al médico que le recetó Coumadin®/warfarina, para que lo anote en su historia clínica.

Trastornos médicos

Al recetarle Coumadin®/warfarina, su médico pretende corregir o evitar uno o más de los problemas siguientes.

Coágulos de las piernas (trombosis y embolia). En las venas de las piernas pueden formarse coágulos, trastorno que se denomina trombosis venosa profunda. Las venas de la parte más profunda de las piernas, sobre todo de pantorrillas y muslos, son los sitios más comunes de formación de coágulos. Estos pueden dañar los vasos sanguíneos de las piernas.

Coumadin®/warfarina:

- Disminuye la probabilidad de que se formen coágulos en las venas de las piernas.
- Reduce el riesgo de que se formen coágulos en las venas profundas.

Coágulos pulmonares. Un coágulo que se forme en otra parte del cuerpo, como en las piernas, puede desprenderse y llegar por la sangre hasta los pulmones. Puede así adherirse al interior de un vaso de los que irrigan los pulmones (es lo que se llama embolia pulmonar). Al no recibir la sangre requerida, los pulmones se dañan y sobreviene dificultad para respirar.

Coumadin®/warfarina:

- Disminuye la probabilidad de que se formen coágulos.
- Reduce el riesgo de que se alojen coágulos en los pulmones.

Ataque cardíaco. Se produce un ataque cardíaco (infarto) cuando el corazón deja de recibir sangre. Esto ocurre cuando se obstruyen uno o más de los vasos sanguíneos que llevan la sangre al corazón.

Coumadin®/warfarina:

- Disminuye la probabilidad de que se formen coágulos.
- Ayuda a que la sangre fluya más fácilmente.

Enfermedad valvular cardíaca. Se llama enfermedad valvular cardíaca a todo 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. Cuando las válvulas cardíacas no funcionan correctamente, se reduce la rapidez con que fluye la sangre y aumenta el riesgo de que se formen coágulos.

Coumadin®/warfarina:

- Disminuye la probabilidad de que se formen coágulos.
- Ayuda a que la sangre fluya más fácilmente.

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

Coumadin®/warfarina:

- Disminuye la probabilidad de que se formen coágulos alrededor de una válvula cardíaca.
- Disminuye la probabilidad de que se formen coágulos.

Latidos irregulares. Los latidos cardiacos irregulares (fibrilación auricular) son un problema del corazón bastante común. A veces, cuando el corazón late muy rápido o fuera de ritmo, pueden formarse coágulos.

Coumadin®/warfarina:

- Disminuye la probabilidad de que se formen coágulos.
- Ayuda a que la sangre fluya más fácilmente.

Infarto cerebral (embolia o derrame). Se produce infarto cerebral cuando un coágulo obstruye un vaso sanguíneo en el cerebro. Esta obstrucción corta el abasto 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 infarto cerebral (derrame o embolia) es mayor en personas que ya tuvieron un ataque cardíaco.

Coumadin®/warfarina:

- Disminuye el riesgo de aparición de coágulos en los vasos sanguíneos del cerebro.
- Disminuye su riesgo de sufrir infarto cerebral después de un ataque cardíaco.

U.S. Department of Health and Human Services

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



AHRQ Pub. No. 08-0028-B
Revisado Agosto de 2008

www.ahrq.gov