

M. Elena González Fernández D.U.E.- CEX Anticoagulación HUSA- Avilés - Asturias



Los anticoagulantes orales AVKs Acenocumarol (Sintrom®) y Warfarina (Aldocumar®) tienen cerca de 80 años de uso, siendo uno de los fármacos mas usados hoy en día.

- Antes su uso y control era muy limitado e incluso arriesgado, pero actualmente su uso está muy extendido siendo mucho mas seguros
- A lo largo de estos años lo que también a evolucionado es, por tanto la educación sanitaria que les damos a estos pacientes

Sin embargo hay dos grandes temas en los que se siguen manteniendo muchas advertencias y prohibiciones que hacen que los pacientes anticoagulados vivan confundidos, agobiados e incluso asustados

 Nos referimos principalmente a los medicamentos y a los alimentos que pueden o no tomar los pacientes anticoagulados

Cada paciente anticoagulado, como cualquier otra persona, debe tomar los fármacos que necesite para su enfermedad y para los procesos que le sobrevengan, sin restricciones.

Son tantas las interacciones que el SINTROM y el ALDOCUMAR tienen con otros fármacos (se han contabilizado hasta más de treinta mil), que es imposible tenerlas en la memoria

> Mito: Una persona anticoagulada tiene prohibido tomar medicamentos por su cuenta y no puede tomar analgésicos porque alteran el Sintrom

Actualmente se recomiendan asociaciones de medicamentos que, hasta hace muy poco tiempo, se prohibían expresamente y que, por rutina, muchos médicos siguen desaconsejando.

EVITE AUTOMEDICARSE

A mayor numero de medicamentos mayor posibilidad de interacciones.

Lo indicado será realizar un control de INR y ajuste de dosis tanto al inicio como al finalizar un tratamiento

Habría que distinguir entre medicamentos que pueden potenciar el riesgo de sangrado y los que pueden desajustar el tratamiento, sobre todo a la hora de educar al paciente

## Fármacos comunes que producen menos alteraciones

- APARATO LOCOMOTOR
- Paracetamol, Codeína, Diclofenaco, Ibuprofeno, Nabumetona, Naproxeno, Meloxicam, Colchicina
- ANTIBIOTICOS
- Amoxicilina, Amoxicilina-Clavulánico, Josamicina, Pipemidico, Norfloxacino, Mebendazol
- CARDIOVASCULAR
- Antagonistas del calcio, IECAS, ARA II, Hidroclorotiazida, Isosorbida, Nitroglicerina, Furosemida, Digoxina
- DIGESTIVO
- Ranitidina, Famotidina, Almagato, Magaldrato, Metoclopramida, Loperamida, Pantoprazol, Lactulosa,
- DIABETES
- Insulina, Glibenclamida
- HIPOLIPEMIANTES
- Atorvastatina, Pravastatina
- SISTEMA NERVIOSO
- Diazepam, Clorazepato, Ergotamida, Levodopa, Biperideno, Mianserina, Triazolam
- OTROS
- Difenhidramina, Broncodilatadores

# -ármacos que aumentan el efecto

- Amiodarona
- Fibratos y y Estatinas (no todas)
- Antigúngicos (fluconazol, Ketoconazol,...)
- Sulfonamidas y tetraciclinas
- Cotrimoxazol, Metronidazol
- Ticlopidina
- Hormonas tiroideas
- Vit E
- Vacuna antigripal



- Alcohol (alcoholismo crónico)
- Aminoglutetiumida
- Anticonceptivos
- Antitiroideos
- Azatioprina
- Barbituratos
- Carbamazepina
- Clortalidona
- Colestiramina
- Corticoides
- Dicloxa y Naftacilina

- Fenobarbital
- Glutetimida
- Griseofulvina
- Mercaptopurina
- Metaqualon
- Nafcilina
- Pirimizonas
- Rifampicina
- Trazodona
- Sucralfato
- Vitamina K

Restringir el consumo de ciertos alimentos genera un déficit de nutrientes básicos y crea un impacto negativo en la calidad de vida

Los pacientes anticoagulados, como cualquier persona, deben tener una alimentación variada, equilibrada.

Una persona anticoagulada tiene prohibido comer ciertos alimentos como por ejemplos verduras crucíferas, ni beber alcohol. Además puede ir en contra de las recomendaciones dietéticas de otras enfermedades, como puede ser las dietas de la diabetes, generando gran confusión.

Algunos preparados de herboristería interfieren de forma importante con la medicación anticoagulante, así como suplementos vitamínicos ricos en Vitamina K.

Los pacientes anticoagulados, debe seguir una rutina en los alimentos más ricos en VitK, pero nunca suprimirlos de su dieta

Debe notificar
cualquier cambio
importante que
realice en su dieta en
este aspecto para
poder ajustar su dosis
de anticoagulante

Si no hay contraindicación por otra causa puede tomar bebidas alcohólicas de baja graduación y con moderación.

## Se debe de ajustar el fármaco al paciente y no el paciente al fármaco.

- el médico o el mismo paciente (si hace autocontrol), deben adaptar la dosis del anticoagulante a las posibles alteraciones del INR que surjan por el cambio de medicación o alimentación del paciente
- teniendo en cuenta que, en las mismas circunstancias, las alteraciones no son iguales para todos los pacientes anticoagulados,
- no se deben dar normas generales, sino dosificar de forma individual a cada paciente

### Gracias por su atención



Bibliografía

Internet, 2018. Disponible en: https://www.tao-control.com/

**Prospecto de Sintrom**.. Disponible en: <a href="https://www.aemps.gob.es/cima/dochtml/p/58994/Prospecto">https://www.aemps.gob.es/cima/dochtml/p/58994/Prospecto</a> 58994.html Internet, consultado 2018. Disponible en:

https://www.osakidetza.euskadi.eus/r85-ckpaco04/es/contenidos/informacion/osapa insuficiencia cardiaca/es paradaca/antic.html

Guía para Pacientes en tratamiento con Sintrom. Sergas. Internet, consultado. Disponible en:

https://www.agefec.org/Almacen/Manuales%20y%20guias/sintrom\_ferrol.pdf

# Mitos Que Confunden Al Paciente Anticoagulado

M. Elena González Fernández D.U.E.- CEX Anticoagulación HUSA- Avilés - Asturias

