



PREVENCIÓN DEL TROMBOEMBOLISMO VENOSO

# Cómo evitar la formación de un coágulo de sangre durante su estancia en el hospital

## Abreviaturas

- TEV tromboembolismo venoso
- TVP trombosis venosa profunda
- EP embolia pulmonar
- CNI compresión neumática intermitente

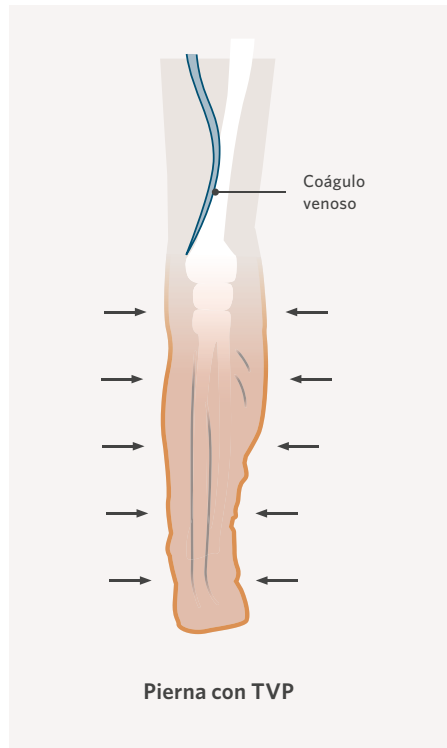
## Datos básicos:

- Si se desarrolla un coágulo sanguíneo (trombosis) en las venas profundas de la pierna, se denomina trombosis venosa profunda (TVP).
- Si parte del coágulo de sangre se desplaza (se rompe), se denomina embolia. Este coágulo puede viajar a través de la circulación sanguínea hasta llegar a los pulmones. Esto se conoce como embolia pulmonar o EP.
- El tromboembolismo venoso o TEV es el término colectivo para la TVP y la EP.
- El TEV es una afección grave que provoca discapacidades y muertes en todo el mundo, con 10 millones de casos anuales.<sup>1</sup>
- La hospitalización es el factor de riesgo más importante para desarrollar una TVP.<sup>2</sup>
- Los pacientes tienen 100 veces más probabilidades de desarrollar un episodio de TEV en el hospital que en la comunidad general.<sup>3</sup>

## ¿Por qué ser un paciente aumenta mi riesgo de desarrollar un coágulo de sangre?

Muchas personas ingresadas en el hospital padecen una disminución del flujo normal de sangre en los vasos sanguíneos (venas).

La sangre puede ralentizarse y volverse espesa o viscosa, lo que provoca la formación de un coágulo sanguíneo en las piernas, lo que se conoce como trombosis venosa profunda (TVP).



Hinchazón e inflamación por debajo del lugar de la obstrucción. La pierna puede estar caliente al tacto.

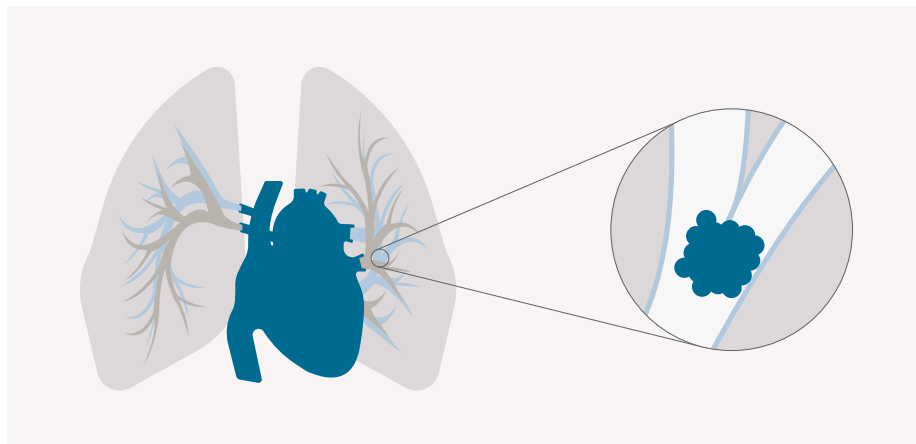
Los coágulos de sangre en las piernas pueden causar un daño permanente a las válvulas de las venas y pueden provocar complicaciones a largo plazo, por ejemplo, síndrome postrombótico.

Los pacientes que se someten a cirugía durante más de 30 minutos y/o los que no pueden caminar durante largos periodos de tiempo son los que corren un mayor riesgo.

## Signos y síntomas:

Aunque los síntomas de un evento de TEV pueden variar, los signos más comunes de la TVP incluyen:

- hinchazón y/o dolor en las piernas
- decoloración y/o calor



Coágulo venoso que proviene de la pierna causando embolia pulmonar

## TEV es el término genérico para TVP y EP

Un coágulo en la pierna (TVP) puede llegar hasta los pulmones, lo que se conoce como embolia pulmonar (EP). Esto puede ocurrir de forma repentina y podría experimentar síntomas como:

- falta de aire
- latidos rápidos
- labios o dedos azules
- dolor en el pecho
- tos con sangre

Si experimenta alguno de estos síntomas, o le preocupa que pueda haber desarrollado un coágulo, notifíquese lo inmediatamente a su médico o enfermero.

## ¿Quién corre el mayor riesgo?

Todos los pacientes tienen cierto riesgo de desarrollar una TVP. No obstante, los que tienen mayor riesgo son los pacientes que:

- están inmovilizados
- se han sometido a una cirugía importante reciente de más de 30 minutos de duración o han sufrido una lesión importante;
- tienen sobrepeso
- tienen más de 60 años

- han padecido una TVP previa o un familiar cercano ha tenido una TVP o EP
- toman píldoras anticonceptivas o reciben una terapia hormonal sustitutiva;
- están embarazadas o han dado a luz recientemente

## Medidas preventivas

Aunque no todos los pacientes desarrollan TVP, todos pueden tomar una serie de sencillas medidas para reducir el riesgo.

El riesgo de desarrollar una TVP se reduce considerablemente mediante las medidas de prevención descritas en este folleto informativo.

Su médico y el equipo de enfermería conocen los riesgos que pueden contribuir a la formación de coágulos y evaluarán su riesgo en consecuencia.

Si fuera necesario, pueden prescribir medicamentos o métodos mecánicos que ayuden a reducir el riesgo de TVP. A continuación, se explican con más detalle.



Fisioterapeuta movilizándolo a un paciente en la cama

## ¿Cómo puedo evitar la formación de coágulos de sangre?

### **Mantenga altos sus niveles de fluidos**

La deshidratación severa «espesa» la sangre y favorece la formación de coágulos.

Al beber agua y permanecer adecuadamente hidratado, puede ayudar a reducir el riesgo de desarrollar un evento de TEV.

Consulte a su médico o personal de enfermería cuál es el nivel de seguridad a la hora de beber cada día. Si no puede beber, su médico o el personal de enfermería pueden suministrarle líquidos a través de un sistema de gotero para mantenerle adecuadamente hidratado.

### **Manténgase en movimiento**

La forma más eficaz de prevenir la formación de coágulos de sangre es mantenerse activo.

Después de la intervención, si es posible, se le aconsejará levantarse y moverse.

Si no puede caminar, hay otras acciones que puede llevar a cabo.

Hay ejercicios que se pueden realizar mientras está en la cama o sentado en una silla y le ayudarán a mantener la sangre en movimiento en las piernas. Su enfermero o fisioterapeuta le aconsejará sobre los ejercicios de acuerdo con su procedimiento y lo que puede hacer.



El sistema de compresión activa Flowtron® en uso en un paciente para reducir el riesgo de TEV

## ¿Qué puede hacer su equipo de atención médica?

### Medicación

Es posible que se administren fármacos que diluyan la sangre y eviten que se vuelva demasiado viscosa para formar un coágulo. Estos fármacos se denominan anticoagulantes.

La terapia anticoagulante comienza cuando usted ingresa en el hospital o justo después de la cirugía, dependiendo de su nivel de riesgo, y puede continuar después de su hospitalización.

Los fármacos anticoagulantes se pueden administrar como una inyección a través de una pequeña aguja subdérmica o como una pastilla. El tipo de medicamento administrado dependerá de sus factores de riesgo y su historial médico.

Si tiene cualquier otra duda sobre el uso de este medicamento, pregunte a su médico, farmacéutico o personal de enfermería.



Sistema de compresión activa Flowtron®

## Métodos mecánicos

### Compresión neumática intermitente

La compresión neumática intermitente (CNI) puede utilizarse para ayudar a reducir el riesgo de que desarrolle una TVP. Consiste en un compresor que se conecta a prendas que se ajustan alrededor de cada una de las piernas o los pies.

A medida que la prenda se infla, mueve la sangre de las piernas de vuelta al corazón imitando el efecto natural de caminar.

Las prendas están fabricadas con un material cómodo y transpirable, y deben ajustarse perfectamente alrededor de las piernas o los pies. Notará una ligera presión en

una extremidad durante un breve periodo de tiempo y, a continuación, habrá un periodo de descanso antes de apretar la otra extremidad.

Esta terapia puede utilizarse únicamente en una pierna si existe una razón por la que ambas piernas no se puedan comprimir.



### Medias antiembólicas

Las medias especiales conocidas como medias antiembólicas también se pueden utilizar para prevenir la TVP proporcionando una presión firme para ayudar al flujo sanguíneo en las piernas.

Se pueden colocar por debajo o por encima de la rodilla y se aplican justo antes de la intervención o inmediatamente después. Para que las medias sean eficaces, deben encajar correctamente, por lo que su personal de enfermería medirá sus piernas antes y durante su ingreso para asegurarse de que el flujo sanguíneo no se detenga o ralentice.

Además, deben:

- quedar ceñidas, pero no apretadas
- sentirse cómodas
- no enrollarse ni doblarse

Al usar, colocar y lavar las medias, debe seguir las instrucciones proporcionadas por el personal de enfermería y el médico, así como la información escrita proporcionada por el fabricante.

### ¿Qué hacer al volver a casa?

Es posible que siga teniendo riesgo de desarrollar un coágulo hasta tres meses después de salir del hospital<sup>4</sup>. Para reducir el riesgo, es posible que tenga que continuar con la terapia de prevención de coágulos en casa. Antes de recibir el alta, es importante que hable con su equipo médico sobre las instrucciones para reducir el riesgo de desarrollar un coágulo.

Si experimenta alguno de los siguientes síntomas después de regresar a casa, póngase en contacto con su médico o acuda inmediatamente al servicio de urgencias más cercano.

Entre los síntomas que se deben tener en cuenta se incluyen:

- enrojecimiento, dolor, calor o hinchazón en la pierna
- falta de aire
- latidos rápidos
- labios o dedos azules
- dolor en el pecho
- tos con sangre

Este folleto informativo se basa en la *Guía para la prevención del tromboembolismo venoso (TEV) en pacientes adultos hospitalizados*, publicada por Queensland Health y en el documento *Preventing Blood Clots: Information for Patients and Carers*, 2014, publicado por la Clinical Excellence Commission

#### Referencias:

1. Jha, A.K., Larizgoitia, I., Audera-López, C. et al. The global burden of unsafe medical care: analytic modelling of observational studies. *BMJ Qual Saf.* 2013; 22:809-15.
2. Heit, J.A., Silverstein, M.D., Mohr, D.N., Petterson, T.M., O'Fallon, W.M., Melton, L.J. 3rd. Risk factors for deep vein thrombosis and pulmonary embolism: a population-based casecontrol study. *Arch Intern Med.* 2000;160(6):809-15.
3. Cohen, A.T., Tapson, V.F., Bergmann, J.F. et al (2008). Venous thromboembolism risk and prophylaxis in the acute hospital care setting (ENDORSE study): a multinational crosssectional study. *Lancet*: 371: 387-394.
4. Venous Thrombosis Risk during and after Medical and Surgical Hospitalizations: The Medical Inpatient Thrombosis and Hemostasis (MITH) Study. *J Thromb Haemost.* 15 de abril de 2022, doi: 10.1111/jth.15729. En línea antes de impresión.

Junio de 2023. En los equipos y productos suministrados por Arjo, solo deberán usarse piezas diseñadas por Arjo destinadas específicamente a ese fin. Debido a nuestra filosofía de desarrollo continuo, nos reservamos el derecho a modificar los diseños y las especificaciones sin previo aviso. ® y ™ son marcas registradas pertenecientes al grupo de empresas Arjo.

© Arjo, 2023

En Arjo, creemos que potenciar el movimiento en los entornos sanitarios es clave para ofrecer una atención de calidad. Nuestros productos y soluciones están diseñados para promover una experiencia segura y digna mediante la movilización de pacientes, camas médicas, higiene personal, desinfección, diagnóstico y la prevención de lesiones por presión y tromboembolismo venoso. Con más de 6500 personas en todo el mundo y 65 años cuidando de pacientes y profesionales sanitarios, nos comprometemos a lograr resultados más saludables para las personas que se enfrentan a retos de movilidad.

Arjo AB · Hans Michelsensgatan 10 · 211 20 Malmö · Sweden · +46 10 335 4500

ARJO IBERIA SL · Calle Cabanyes, 1-7, Pol. Ind. Can Salvatella · 08210 · Barberá del Vallés (Barcelona) · España · +34 900 921 850

[www.arjo.com/vte](http://www.arjo.com/vte)

