

RECOMENDACIONES GENERALES: PACIENTES CON WARFARINA

La warfarina es un anticoagulante que evita la formación de coagulos en la sangre. La cantidad que usted necesita es determinada por los análisis de sangre, después de ser dado de alta es necesario hacer un seguimiento que incluya análisis de sangre y cambios en la dosis del medicamento si así se requiere.

Consulte inmediatamente al servicio de urgencias si presenta:

- Sangrado nasal
- Dolor abdominal severo
- Sangrado de las encías al cepillarse
- Sangrado prolongado con las cortadas
- Sangrado vaginal o aumento del flujo menstrual
- Cambio de color de la orina (color café oscuro, rojo o rosada)
- Cambio de color de la materia fecal (roja o negra)
- Aparición de morados por razones desconocidas
- Expectoración o vómito de material con aspecto de cuncho de café
- Aparición de pequeñas manchas rojas, redondas y aplanadas debajo de la piel

Alimentos que pueden afectar la warfarina: consumirlos en poca cantidad

Alto contenido vitamina k	Mediano contenido vitamina k
Te verde (chino)	Repollo
Aguacate	Espárragos
Repollo de Bruselas	Frijol verde
Brócoli	Hígado de pollo
Coliflor	Queso
Espinacas	Lechuga
Hígado de res y de cerdo	Café (regular o descafeinado)
Garbanzos	kiwi
Aceite de soya y canola	cebolla
chocolate	frijol
mayonesa	ají

Consejos que debe tener en cuenta:

- Tome la warfarina siempre a la misma hora
- **Debe realizar mensualmente control INR durante toda su vida**
- Este atento a señales de sangrado
- Si deja de tomar una dosis “no tome 2 pastillas”. Espere a la hora de la próxima dosis
- Evite practicar deportes de contacto y otras actividades peligrosas que pueden causar daño
- Cuando consulte a su médico hágale saber que usted está tomando warfarina
- Está prohibido el uso de cualquier tipo de cigarrillo y bebida alcohólica
- No se pueden aplicar inyecciones intramusculares
- No se debe automedicar
- No se pueden consumir (Antiagregantes plaquetarios) aspirina, alka seltzer, sal de frutas, ibuprofeno
- Antes de realizar cualquier procedimiento medico invasivo, se debe suspender la Warfarina según criterio medico.