Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Los coágulos

En esta información se explica lo que es un coágulo y cómo se trata.

Los coágulos normales se forman en los vasos sanguíneos si un grupo de plaquetas (un tipo de células sanguíneas) se junta para detener el sangrado cuando uno sufre un corte o una lesión. Cuando el corte o la lesión sana, el cuerpo se encarga de que el coágulo desaparezca. Los coágulos se pueden formar en cualquier parte del cuerpo.

También se pueden llegar a formar en vasos sanguíneos sanos cuando no es necesario. Eso se llama coágulo anormal. Los coágulos anormales pueden provocar graves problemas de salud.

Tipos de coágulos

Hay 2 tipos de coágulos que pueden ser peligrosos: la trombosis venosa profunda y la embolia pulmonar.

Trombosis venosa profunda (DVT, por sus siglas en inglés)

Una trombosis venosa profunda puede presentarse si se forma un coágulo anormal en una vena profunda dentro de

su cuerpo, normalmente de un brazo o una pierna (véase la figura 1). El coágulo podría afectar el flujo normal de sangre y causar hinchazón, enrojecimiento y dolor en la región. Si el coágulo no se trata, es posible que se formen nuevos coágulos. Además, el coágulo podría romperse y propagarse a otras partes del cuerpo. Estas cosas podrían empeorar la hinchazón y el dolor, y causar problemas para caminar, una infección o úlceras (heridas) en la piel.



Trombosis venosa profunda (DVT) de la pierna

Embolia pulmonar (PE)

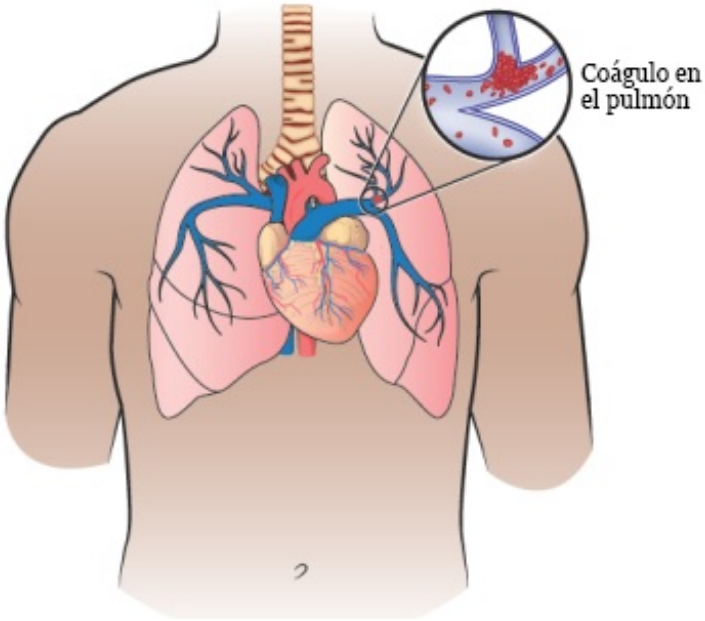


Figura 2. Embolia pulmonar (PE)

Una embolia pulmonar se puede presentar si un coágulo anormal bloquea el flujo de sangre en un vaso sanguíneo de los pulmones (véase la figura 2). En la mayoría de los casos, esto sucede si un coágulo en una vena profunda de las piernas se rompe y se traslada a un pulmón. La embolia pulmonar evita que el cuerpo reciba suficiente oxígeno.

Si tiene embolia pulmonar, es posible que tenga los siguientes síntomas:

- Dificultad para respirar
- Dolor de pecho
- Ritmo cardíaco rápido
- Piel pálida o azulada

La embolia pulmonar puede causar la muerte si las señales no se tratan con rapidez.

Factores de riesgo de los coágulos

Hay ciertas cosas que pueden aumentar el riesgo de que se formen coágulos. Los factores de riesgo son:

- No moverse con frecuencia. La sangre fluye con más lentitud en las venas profundas si uno no se mueve y eso puede causar que se formen coágulos.
- Haber tenido una cirugía reciente. Algunas cirugías podrían causar que la sangre se vuelva más espesa, o bien podría estancarse si la cirugía toma mucho tiempo y la persona no se mueve mucho.
- Tener cáncer
- Tener un catéter venoso central (CVC)
- Estar hospitalizado
- Estar lastimado
- Embarazo
- Tomar pastillas anticonceptivas o recibir una terapia de reemplazo hormonal que contiene estrógeno
- Tener sobrepeso
- Antecedentes familiares de coágulos
- Fumar

Mientras permanezca en el hospital, puede que se le presenten más de 1 de esos factores de riesgo al mismo tiempo.

Síntomas de los coágulos

Los coágulos pueden reducir la circulación de la sangre en todo el organismo. A veces, las personas que tienen un coágulo no sienten ningún síntoma hasta que el problema se vuelve potencialmente mortal.

Los síntomas de los coágulos son los siguientes:

- Inflamación y dolor repentino en un brazo o una pierna
- Dificultades para caminar debido a la inflamación y el dolor
- Dolor agudo en el pecho
- Ritmo cardíaco acelerado
- Dificultad para respirar
- Dolor abdominal (de vientre) grave, con o sin vómitos y diarrea (heces blandas o aguadas)
- Piel pálida o azulada

Llame a su proveedor de cuidados de la salud de inmediato si nota cualquier síntoma de un coágulo.

Diagnóstico de los coágulos

Dado que en algunas personas los coágulos no presentan ningún síntoma, muchos de ellos se encuentran cuando el proveedor de cuidados de la salud está buscando otra cosa; como por ejemplo, cuando hace una exploración. Asegúrese de indicarle al proveedor de cuidados de la salud si tiene cualquier síntoma de coágulos.

Si el proveedor de cuidados de la salud cree que puede tener un coágulo, este le indicará una o más de las siguientes pruebas:

- Una tomografía computarizada (CT) de los pulmones para ver si tiene una embolia pulmonar. En la tomografía computarizada se toman radiografías de los órganos internos.
- Un ultrasonido venoso para ver si hay coágulos en las piernas o en los brazos. Los equipos de ultrasonido emplean ondas de sonido para crear imágenes del interior del cuerpo.
- Análisis de sangre para determinar la rapidez con que la sangre coagula. En los análisis de sangre también se puede ver si la persona tiene algún gen que puede incrementar el riesgo de que presente coágulos.

Tratamiento de los coágulos

Los coágulos se suelen tratar tomando anticoagulantes,

que son el tratamiento más habitual. Los anticoagulantes ayudan a evitar que se formen otros coágulos en el cuerpo.

Los anticoagulantes se pueden administrar de las siguientes maneras:

- Mediante inyección en el interior de una vena o debajo de la piel. Los siguientes son algunos ejemplos: heparin, enoxaparin sodium (Lovenox®) y fondaparinux (Arixtra®).
- Por boca a modo de comprimido. Los siguientes son algunos ejemplos: warfarin (Coumadin®), rivaroxaban (Xarelto®), apixaban (Eliquis®) y edoxaban (Savaysa®).

Su proveedor de cuidados de la salud decidirá qué tipo de medicamento es el más adecuado para usted.

El período durante el cual se deben tomar anticoagulantes depende de muchos factores. Su proveedor de cuidados de la salud tomará en cuenta sus factores de riesgo y lo ayudará a decidir durante cuánto tiempo deberá tomarlos. Es posible que algunas personas deban tomarlos de por vida. Mientras esté tomando los anticoagulantes, tendrá citas con el proveedor de cuidados de la salud de forma periódica.

Algunos anticoagulantes pueden tener instrucciones especiales, por ejemplo, puede haber medicamentos que

se deben evitar mientras uno los está tomando. Si el anticoagulante que usted toma tiene instrucciones especiales, su proveedor de cuidados de la salud las repasará con usted.

Prevención de los coágulos

Hay muchas cosas que se pueden hacer para evitar que se formen coágulos. Las siguientes son maneras de prevenir que se formen coágulos.

Actividad física

Mantenerse activo es un buen modo de evitar los coágulos. El ejercicio leve o moderado (como caminar o hacer yoga) puede mejorar la circulación de la sangre. Si puede hacerlo, intente moverse cada cierto tiempo, según se lo indique el proveedor de cuidados de la salud. Para la mayoría de las personas esto significa caminar lo más que pueda de manera tal que se sienta cómodo.

También es importante moverse con frecuencia cuando uno permanece sentado durante períodos prolongados, por ejemplo, al viajar en avión o en automóvil. Si no puede salir a caminar, cambie de posición con frecuencia durante los viajes largos.

Si no puede desplazarse con facilidad, intente hacer algunos estiramientos y movimientos suaves con los pies,

de ser posible. Puede hacer círculos con los pies o apuntar con los dedos de estos hacia arriba y hacia abajo mientras está sentado o acostado.

Medicamentos

Si su proveedor de cuidados de la salud le receta un medicamento anticoagulante, asegúrese de tomarlo según se le indique. El medicamento reducirá las posibilidades de que se formen coágulos.

Mangas del dispositivo de compresión secuencial (SCD)

Si se encuentra en el hospital, el riesgo de que se forme un coágulo es mayor. Para evitar que esto ocurra, puede usar mangas del SCD.



Figura 3. Mangas del SCD en las piernas

Las mangas del SCD se colocan alrededor de la parte inferior de las piernas (véase la figura 3). Se conectan por medio de sondas a una máquina que sopla y aspira aire de ellas para apretarle las piernas con suavidad. Esa es una manera segura y eficaz de ayudar a que la sangre circule (se mueva) para prevenir coágulos.

Siempre debe usar las mangas del SCD cuando esté en la cama del hospital, a menos que su proveedor de cuidados de la salud le indique que no lo haga. Asegúrese de quitárselas antes de levantarse de la cama, ya que podría tropezarse con la sonda y caerse. Si nota que la sonda está apretada o que la bomba emite un pitido, dígaselo al proveedor de cuidados de la salud.

Otros consejos para prevenir coágulos

También puede seguir estos consejos para contribuir a que no se formen coágulos:

- Póngase ropa, calcetines y medias que le queden holgados.
- Si su proveedor de cuidados de la salud se lo recomienda, póngase medias de compresión. Estas son unas medias especiales que pueden mejorar la circulación de la sangre.
- No cruce las piernas cuando esté sentado.
- Levante la parte inferior de la cama de 4 a 6 pulgadas (de 10 a 15 cm) con bloques o libros. Esto contribuirá a elevar las piernas para mejorar la circulación de la sangre.
- Coma menos sal. Comer demasiada sal puede provocar hinchazón y aumentar el riesgo de que se forme un coágulo.

Cuándo llamar al proveedor de cuidados de la salud

Llame al proveedor de cuidados de la salud si ocurre lo siguiente:

- Aumenta el dolor o la inflamación en el brazo o la pierna que tiene el coágulo
- Aparece un nuevo dolor o inflamación en el otro brazo o la otra pierna
- Tiene dificultad para respirar
- Tiene dolores de cabeza intensos o dolores de cabeza que no desaparecen
- Le sangra la nariz
- Le sangran las encías
- Hay sangre en la orina (pis), las heces (caca), el vómito o en la mucosidad que escupe por la boca al toser
- Tiene una menstruación (período) más profusa de lo habitual
- Tiene una hemorragia que no se detiene
- Tiene moretones que no desaparecen
- Se ha caído o lastimado de algún modo
- Tiene previsto hacerse una cirugía o un procedimiento odontológico

- Ha dejado de tomar su anticoagulante por algún motivo
- Se presenta algún efecto secundario imprevisto y sin explicación
- Tiene alguna pregunta o inquietud

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center