

# Plan de automanejo de anticoagulantes

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_  
El nombre de mi anticoagulante es (nombre genérico y de marca): \_\_\_\_\_  
Tomo mi anticoagulante porque: \_\_\_\_\_  
Nombre y número de teléfono del médico: \_\_\_\_\_  
Nombre y número de teléfono de la farmacia: \_\_\_\_\_  
La agencia de atención domiciliaria (si corresponde): \_\_\_\_\_

Si toma warfarina o Coumadin, responda las preguntas a continuación sobre su análisis de sangre (razón internacional normalizada [RIN]) para verificar el efecto de su medicamento anticoagulante. Su RIN evalúa la capacidad de coagulación de la sangre.

Mi RIN objetivo: \_\_\_\_\_ Mi próximo RIN debe obtenerse el: \_\_\_\_\_  
Mi último RIN: \_\_\_\_\_ Quién obtendrá mi próximo RIN: \_\_\_\_\_

Fecha					
Resultado del RIN					

Fecha					
Resultado del RIN					

**Tenga en cuenta que otros medicamentos pueden modificar la forma en que actúa su anticoagulante.** Su anticoagulante también puede modificar la forma en que actúan otros medicamentos. Es muy importante que hable con su médico sobre todos los medicamentos que toma, incluidos otros medicamentos de venta con receta, medicamentos de venta libre, vitaminas y productos a base de hierbas.

La siguiente es una lista de algunos medicamentos comunes de los que debería hablar con su médico o farmacéutico antes de utilizarlos:

- **Analgésicos**, como aspirina, ibuprofeno (Advil, Midol, Motrin, Nuprin, Pamprin HB), naproxeno (Aleve, Excedrin)
- **Medicamentos para el resfrío**, como Sine-Off y Alka-Seltzer
- **Remedios para el estómago**, como la cimetidina (Tagamet HB), subsalicilato de bismuto (Pepto Bismol), laxantes regulares y laxantes emolientes
- **Productos a base de hierbas**, como ajo, ginkgo biloba y té verde

Este material fue preparado por Health Services Advisory Group (HSAG, por sus siglas en inglés), la cual es una compañía dedicada a la mejoría de la calidad hospitalaria (HQIC, por sus siglas en inglés), bajo contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés), la cual es una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos (HHS, por sus siglas en inglés), y cualquier referencia específica, en este documento, a algún producto o entidad no constituye respaldo a ese producto o entidad por parte de CMS o HHS. Publicación No. XS-HQIC-ADE-11092021-01

Esta información se proporciona con fines educativos únicamente. HSAG no manifiesta ni garantiza que esta información se aplica a la atención o el tratamiento de un paciente específico. Este contenido no constituye asesoramiento de un médico y no debe utilizarse como reemplazo del tratamiento o del asesoramiento de un médico o de otro proveedor de atención médica en ejercicio.



# Zonas de seguridad de los anticoagulantes

Nombre \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

## Zona verde: Todo en orden. *Esta es la zona de seguridad si:*

- ✓ No presenta hinchazón
- ✓ No siente una mayor falta de aire
- ✓ No tiene dolor de pecho
- ✓ No hay signos activos de moretones o sangrado
- ✓ Toma el medicamento todos los días a la misma hora
- ✓ Rota los lugares de aplicación de la inyección; por lo menos a 4 pulgadas del ombligo

### Si toma warfarina:

- ✓ Realice regularmente el análisis de sangre para obtener su razón internacional normalizada (RIN)
- ✓ Su dieta no ha cambiado con respecto a los alimentos con alto contenido de vitamina K (verduras de hoja)

### La zona verde significa

- ✓ Sus síntomas están bajo control
- ✓ Continúe tomando sus medicamentos según lo prescrito
- ✓ Mantenga una dieta metódica si recibe warfarina
- ✓ Asista a todas sus citas médicas
- ✓ Reponga los medicamentos según sea necesario



## Zona amarilla: Precaución. *Llame a su médico:*

### Si presenta alguno de estos síntomas:

- ✓ Heces negras o alquitranadas
- ✓ Vómito semejante a granos de café
- ✓ Sangrado en el sitio de una cirugía
- ✓ Sangrado en las encías
- ✓ Moretones sin motivo aparente
- ✓ Sangre en la orina
- ✓ Se le indica un nuevo medicamento o comienza a tomar un medicamento de venta libre
- ✓ Procedimiento, cirugía o tratamiento odontológico programados de gran envergadura
- ✓ Está embarazada o tiene pensado quedar embarazada
- ✓ Dificultad para pagar su anticoagulante o su seguro no lo cubre
- ✓ Dificultad para obtener su anticoagulante en la farmacia
- ✓ Omite dosis o prescinde de su anticoagulante

### La zona amarilla significa:

- ✓ Sus síntomas indican que podría necesitar un ajuste en sus medicamentos
- ✓ El médico o el farmacéutico podrían regular su anticoagulante si le recetan cualquier otro nuevo medicamento
- ✓ Llame a su enfermero o médico para evaluar sus síntomas
- ✓ Estos cambios o síntomas podrían ponerle en riesgo de presentar sangrado o la formación de coágulos

### Si toma warfarina:

- ✓ No se realiza su análisis RIN regularmente y sus resultados están fuera de rango



## Zona roja: Zona de alerta médica. Tome medidas. Llame al 9-1-1 o vaya al hospital.

### Esta es la zona de peligro si tiene:

- ✓ Sangrado fuera de control que no puede detener en 5 minutos aplicando presión
- ✓ Espujo espumoso o rosado (regurgitación)
- ✓ Sangre roja brillante en la orina o las heces
- ✓ Dolor de estómago o de espalda intensos, dolor de cabeza, mareos, desmayos o debilidad corporal que no desaparecen
- ✓ Tuvo un accidente importante, una caída grave o se golpeó la cabeza (incluso si no parece lastimado)

