

患者氏名 :

患者 ID :

# Prevención de trombosis venosa profunda y embolismo pulmonar

## 1. ¿Ha oído hablar de la “trombosis venosa profunda”?

Para su referencia, en este documento hemos resumido lo que necesita saber para prevenir la trombosis venosa profunda (tromboembolismo venoso). Sin embargo, dependiendo de sus síntomas, sus actividades físicas o su ingestión de agua podrían ser restringidas para su tratamiento. Asegúrese de que su doctor o enfermera le explique esto.

## 2. ¿Qué es la trombosis venosa profunda (tromboembolismo venoso)?

Cuando le hospitalizan, puede que disminuya las actividades físicas, o que tenga que restringirlas, o que necesite reposar, dependiendo de sus síntomas. Además, si le van a operar, es posible que necesite mantener la misma postura a lo largo de la cirugía, o puede que tenga que guardar cama tras la operación. En estas circunstancias, sus músculos se debilitarán. Es más, cuando no usa los músculos, la acción de bombeo causada por la contracción de los músculos en torno a los vasos sanguíneos se debilitan, dando como resultado una disminución del flujo sanguíneo en las venas y la retención de la sangre en los vasos. Luego, el agua se filtra fuera de los vasos, lo que ocasiona la hinchazón (edema) de la pierna y propicia la coagulación sanguínea. Este trastorno, en el que se forma un coágulo sanguíneo (trombo), se llama “trombosis venosa profunda (o tromboembolismo venoso)”. Entre sus síntomas están una diferencia de tamaño entre las dos pantorrillas y dolor en la pierna.

## 3. ¿Qué es el embolismo pulmonar?

Si ya se ha formado un coágulo sanguíneo y usted se pone de pie y echa a andar, el coágulo puede desprenderse de la pared del vaso sanguíneo en el que se formó. El flujo sanguíneo puede arrastrar el coágulo y transportarlo hasta el corazón, y luego hasta el pulmón, donde puede llegar a bloquear la arteria pulmonar. Este trastorno se denomina “embolismo pulmonar”. Sus síntomas son: desde dolor en el pecho, dificultades para respirar, y cansancio físico extremo hasta puede ser más grave ocasionando choque circulatorio. En caso extremo, puede ser mortal. Por favor tenga en cuenta que la prevención de la trombosis venosa profunda (tromboembolismo venoso) sirve para prevenir el embolismo pulmonar.

## 4. ¿Quiénes tienen tendencia a sufrir trombosis venosa profunda (tromboembolismo venoso)?

La trombosis venosa profunda (tromboembolismo venoso) está asociada con la retención de la sangre (flujo sanguíneo reducido) y la hipercoagulabilidad (mayor tendencia de la sangre a coagularse).

\*Si alguna de las siguientes condiciones son aplicables en su caso, necesitará tener más cuidado para prevenir este trastorno.

Cirugía; trauma (fractura); obligación de guardar cama; obesidad; edad avanzada; tumor(es) maligno(s); embarazo; ingesta de anticonceptivos orales (píldoras); diabetes mellitus; antecedentes de enfermedad cardiovascular, infarto cerebral, síndrome nefrótico, etc.

患者氏名 :

患者 ID :

## 5. Prevención

- Caminar o hacer ejercicios moderados con las piernas: esto previene la retención de la sangre en las extremidades inferiores y propicia el flujo sanguíneo.
  - Levantarse de la cama lo antes posible
  - Hacer ejercicios mientras se está acostado
  - Hacer ejercicios con los tobillos y los dedos de los pies
- Ingesta moderada de agua: esto previene que la sangre se espese y se coagule fácilmente.  
\*Tenga en cuenta que si toma demasiadas tazas de café o té con cafeína, es posible que pierda más agua de la que gana, porque la cafeína aumenta el volumen urinario.

### (Su médico podría recomendarle los siguientes procedimientos)

- Medias de compresión: el uso de medias de compresión acelera el flujo sanguíneo en los vasos profundos de las extremidades inferiores y previene la formación de trombos.
- Aparato de compresión neumática intermitente para las piernas: la aplicación de presión neumática a las piernas mediante una bomba especial agiliza el flujo sanguíneo.
- Anticoagulante (inyectado o administrado oralmente): previene la coagulación de la sangre.

\*En este hospital, tomamos medidas que se han adoptado en todos los departamentos para prevenir estos problemas. Estas medidas no garantizan una prevención absoluta; sin embargo, los análisis estadísticos han demostrado que son eficaces. Durante el uso de medias de compresión o del aparato de compresión intermitente, la compresión continua puede causar parálisis de las extremidades inferiores. Si siente entumecimiento o dolor en las piernas, indíquese a la enfermera.

También sopesamos la conveniencia de usar anticoagulante y ajustamos su dosis conforme a los resultados de sus análisis sanguíneos. En algunos casos, este fármaco presenta la complicación de propiciar la hemorragia.

**\*Mediante mi firma a continuación, confirmo que con la lectura de esta información y la explicación detallada recibida he entendido enteramente.**

**Fecha (Año/Mes/Día):** ( \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ )

**Firma:** \_\_\_\_\_