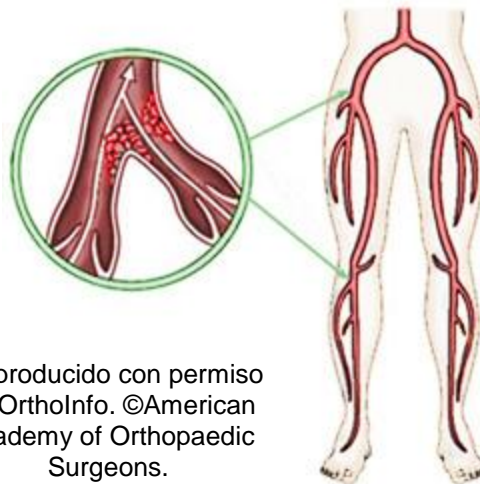


# Lo que usted debe saber acerca de la prevención de coágulos de sangre en el hospital

## ¿Qué es un coágulo de sangre?

- Un coágulo de sangre puede formarse cuando la sangre se espesa y se hace masas. Esto cambia el flujo de la sangre en las venas, a esta condición se le llama trombosis venosa profunda o DVT (siglas en inglés).
- La mayoría de los coágulos de sangre, se forman en lo profundo de la vena en la pantorrilla o muslo.
- Un coágulo de sangre en una vena profunda puede separarse y recorrer el torrente sanguíneo. Al coágulo de sangre suelto, se le llama émbolo. Puede viajar a una arteria en los pulmones, y bloquear el flujo sanguíneo. A esta condición se le denomina embolia pulmonar o PE (siglas en inglés).
- La PE es una condición grave. Puede dañar los pulmones y otros órganos en el cuerpo y causar la muerte.



Reproducido con permiso de OrthoInfo. ©American Academy of Orthopaedic Surgeons.  
<http://orthoinfo.aaos.org>

Para ver un video de lo que usted puede hacer para prevenir un coágulo sanguíneo mientras está hospitalizado: <http://www.med.umich.edu/careguides>, teclee "DVT prevention" en el espacio de Search y presione el botón "search".

## ¿Cuáles son los síntomas?

Más o menos la mitad de las personas con un DVT, tienen indicios y síntomas. Estos indicios y síntomas, ocurren en la pierna afectada por el coágulo de sangre en la vena profunda. Incluyen:

- Inflamación en la pierna, o a lo largo de la vena en la pierna
- Dolor o sensibilidad en la pierna, el cual usted puede solo sentir cuando se para, o camina
- Incremento de la temperatura en el área de la pierna que está inflamada, o con dolor
- Piel roja o decolorada

Algunas personas desconocen que tienen un coágulo de sangre hasta que tienen indicios,

y síntomas de PE (siglas en inglés) Indicios y síntomas del PE incluyen:

- Falta de aire
- Frecuencia cardíaca rápida
- Tos inexplicable o expectoración con sangre
- Dolor de pecho, especialmente al respirar profundamente

**¿Podría estar en riesgo?**

La mayoría de personas hospitalizadas tiene por lo menos un factor de riesgo para desarrollar DVT. Algunos factores de riesgo son:

- Edad mayor de 40 años
- Fumar
- Estar en cama, o sentado por largos períodos de tiempo
- Tomar pastillas anticonceptivas o estrógeno
- Cualquiera de las siguientes condiciones:
  - Enfermedad crónica de los pulmones
  - Insuficiencia cardíaca
  - Infección seria
  - Enfermedad inflamatoria intestinal
  - Cáncer
  - Coágulo de sangre anterior o trastorno de coagulación
  - Venas varicosas
  - Derrame cerebral
  - Fallo respiratorio
  - Obesidad
  - Cirugía reciente
  - Fractura reciente

**¿Qué puede hacerse para prevenir DVT en el hospital?**

- Caminar es una de las mejores cosas que usted puede hacer para ayudar a reducir la probabilidad de tener un coágulo de sangre.
- Además de caminar, hay dos tipos de tratamiento para ayudar a prevenir coágulos de sangre: Medicamentos y dispositivos.

	<b>Dispositivos</b>	<b>Medicamentos</b>
<b>¿Por qué usarlos?</b>	Para mejorar el flujo de sangre	Para prevenir coágulos de sangre
<b>¿Qué tipos hay disponibles?</b>	Medias Bombas para pies Dispositivos inflables (SCD, siglas en inglés)	Anticoagulantes Los más comunes son Heparina & Lovenox®

## ¿Qué puedo hacer para prevenir un coágulo de sangre mientras estoy hospitalizado?

- Salga de la cama lo más que pueda. Camine en los pasillos, por lo menos seis veces al día si su doctor lo aprueba. (Si corre riesgo de caerse, pida ayuda antes de levantarse de la cama).
- Haga ejercicio, mientras esté en cama: Apunte los dedos de sus pies, hacia el final de la cama, después hacia arriba (hacia su cara). Repita 10 veces, durante cada hora que esté despierto.
- Hable con su doctor o enfermera sobre su riesgo a desarrollar un coágulo de sangre. Pregunte si necesita medicamentos y/o dispositivos para ayudar a reducir su probabilidad de tener un coágulo de sangre.
- Si su doctor le receta medicamentos, asegúrese de que le den todas las dosis.

### Es importante recordar...

Medicamentos	Dispositivos
Para prevenir coágulos de sangre es importante que usted reciba todas las dosis del medicamento recetado. Es importante que usted tome estos medicamentos aunque usted pueda levantarse y caminar.	Recuerde usar los dispositivos que mejoran su flujo sanguíneo cuando está sentado en una silla o descansando en cama. Es importante que usted tome estos medicamentos aunque usted pueda levantarse y caminar.

### ¿Dónde puedo aprender más sobre DVT y PE?

- <http://www.clotconnect.org/>
- <http://www.cdc.gov/ncbddd/dvt/index.html>

Aviso: Este documento contiene información y/o material de educación desarrollado por el Sistema de Salud de la Universidad de Michigan (UMHS) para el paciente con las características de su condición. Puede incluir ligas a material en el internet, no creado por UMHS, y UMHS no se hace responsable por su contenido. No reemplaza ningún consejo que su médico le dé, porque su experiencia puede ser diferente que la del paciente típico. Hable con su médico, si tiene alguna pregunta acerca de este documento, su condición, o su plan de tratamiento.

Educación del paciente por [University of Michigan Health System](#) tiene licencia bajo [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License](#). Última revisión 24/07/2013