

# Warfarin –

también conocida como Coumadin®



## Warfarin - también conocida como Coumadin®

### Por qué debe tomar Warfarin

Warfarin es una pastilla que ayuda a que su sangre fluya más fácilmente y evita que se formen coágulos (anticoagulante). A este fármaco algunas veces se le llama adelgazador de la sangre.

### Cómo tomar Warfarin

Siga siempre las indicaciones de su médico. Tómese las pastillas de Warfarin a la misma hora todos los días, únicamente los días que su médico le indique. Es importante que no deje de tomarse alguna de las dosis. Si se le olvida tomarse una dosis (una dosis es la cantidad de medicamento que se debe tomar a una hora determinada), tómese tan pronto como pueda. Nunca se tome dos dosis en un día.

La cantidad de Warfarin que usted necesita depende de los resultados de un análisis de sangre. Muchos fármacos y alimentos pueden afectar los resultados de esta prueba. La Warfarin se puede tomar al mismo tiempo que otros medicamentos. Asegúrese que su médico esté informado de todos los medicamentos que usted está tomando.

Ya que la dosis de Warfarin que usted toma puede cambiar varias veces, tal vez sea conveniente que lleve un registro de las dosis en un calendario. Su médico necesitará saber exactamente cómo se ha estado tomando la Warfarin.

### Análisis de sangre

Al análisis de sangre que usted necesita se le llama Cociente Internacional Normalizado (INR, por sus siglas en inglés). Esta es una prueba que mide qué tan rápidamente se coagula su sangre. Su médico ha decidido cuál es su rango de INR que se debe alcanzar. Pregúntele a su médico cuáles son sus números correctos de INR. La cantidad de Warfarin que usted necesita cambiará dependiendo de los resultados de su análisis. Asista a todas sus citas para que le hagan los análisis de sangre, ya que esto ayudará a que su médico se asegure de que sus niveles no son demasiado altos ni demasiado bajos.



**University  
Health System**

[www.UniversityHealthSystem.com](http://www.UniversityHealthSystem.com)

## Efectos secundarios

Dígale a su médico si tiene cualquiera de los siguientes efectos secundarios:

- Sangrado en las encías cuando se cepilla los dientes
- Caída del cabello
- Sangrado de la nariz
- Erupción cutánea
- Se hace moretones con facilidad
- Dolores de cabeza o del cuerpo



## Cuándo debe ir a la sala de urgencias

Vaya a la sala de urgencias más cercana si le ocurre cualquiera de lo siguiente:

- Su orina es de color rojo, es oscura o café
- El vómito es de color café o rojo brillante
- Movimiento de intestino son rojas o de color negro oscuro
- Dolor intenso en la cabeza o el estómago
- Sufre una caída seria o se golpea la cabeza
- Mareo o debilidad
- Sangrado incesante de las encías o cortadas durante un período de 10 minutos

## Uso de otros medicamentos

Tomar otros medicamentos puede causar que el nivel de su Cociente Internacional Normalizado (INR, por sus siglas en inglés), que es la medición del nivel de coagulación de su sangre, suba o baje, lo cual puede ser peligroso. Es muy importante que le diga a su médico acerca de TODOS los demás medicamentos que está tomando, incluyendo:

- Medicamentos con receta
- Productos de venta sin receta, tales como Aspirinas, Tylenol o Advil
- Vitaminas
- Productos herbolarios, tales como el té verde

Consulte a su médico o farmacéutico antes de comenzar a tomar un medicamento nuevo. Debe preguntar siempre si eso tendrá algún efecto en la Warfarin que está tomando. Además, dígame a su médico cuando le cambien la dosis de ALGUNO de sus medicamentos. Cambiar la dosis también puede afectar su INR.

## Otras cosas que debe decirle a su médico

- Dígame a su médico si usted se embaraza o tiene planes de embarazarse. No se debe tomar Warfarin durante el embarazo.
- Dígame a su médico y/o pediatra si está amamantando a su bebé.
- Dígame a su médico cuando tenga planes de estar fuera de su casa durante un largo período de tiempo o si va a tomar vacaciones.
- Dígame a su médico cuando tenga cita con el dentista o le vayan a hacer un procedimiento médico en el que pueda haber sangrado.
- Dígame a todos sus médicos, incluyendo a los dentistas, que usted está tomando Warfarin.

## Brazalete de alerta médica

Debe obtener un brazalete de alerta médica con el fin de informarles a otras personas que usted está tomando Warfarin. Puede ordenarlo en una farmacia local o en MedicAlert Foundation al teléfono 888-633-4298 ó

<http://www.medicalert.org/home/Homegradient.aspx>



## Dieta mientras toma Warfarin

Los alimentos que usted consume también afectan su Cociente Internacional Normalizado (INR, por sus siglas en inglés), que es la medición del nivel de coagulación de la sangre. No haga cambios importantes en su dieta ni comience un plan para bajar de peso sin consultar a su médico. Evite beber jugo de arándano (cranberry) o comer productos derivados del arándano. El arándano puede afectar el nivel del INR en su sangre.

Aun cuando los alimentos que contienen vitamina K pueden cambiar la respuesta de su cuerpo a la Warfarin, usted no tiene que evitarlos. En lugar de eso, siga comiendo la misma cantidad de alimentos con vitamina K. **Pídale a su proveedor de cuidados médicos una dieta bien balanceada.**

Si un alimento nuevo que usted consume tiene alto contenido de vitamina K, eso no significa que usted no puede comerlo. Usted debe comer sólo una cantidad pequeña de éste (1/2 a 2/3 tazas por porción diariamente) O quitar de su dieta otro alimento con alto contenido de vitamina K esa semana. **La consistencia es la clave.** Límitese a una porción de un alimento con alto contenido de vitamina K al día. A continuación se presentan algunos alimentos con alto contenido de vitamina K:



Garbanzos y lentejas



Nabo y col rizada



Brócoli



Espinacas



Repollo verde



Col de Bruselas



Lechuga y Endibia



Té verde y herbolaria



Hígado



Acelgas

## Limite el consumo de alcohol

El alcohol puede afectar el nivel del INR en su sangre. Tomarse más de dos bebidas alcohólicas al día o cambiar su patrón normal de consumo puede causar problemas. (1 bebida = una cerveza de 12 onzas, 5 onzas de vino, 1 ½ onzas de alcohol). Tomar en exceso no es bueno para usted. Dígame a su médico si usted toma alcohol con regularidad o sólo en ocasiones.