

## Recomendaciones para el cuidador y familiar



### (TEV) Tromboembolismo Venoso

- ↓  
Explicación breve y simple de la patología
- ↓  
Relación entre síntomas y cómo aliviarlos
- ↓  
Consejos no farmacológicos para la prevención



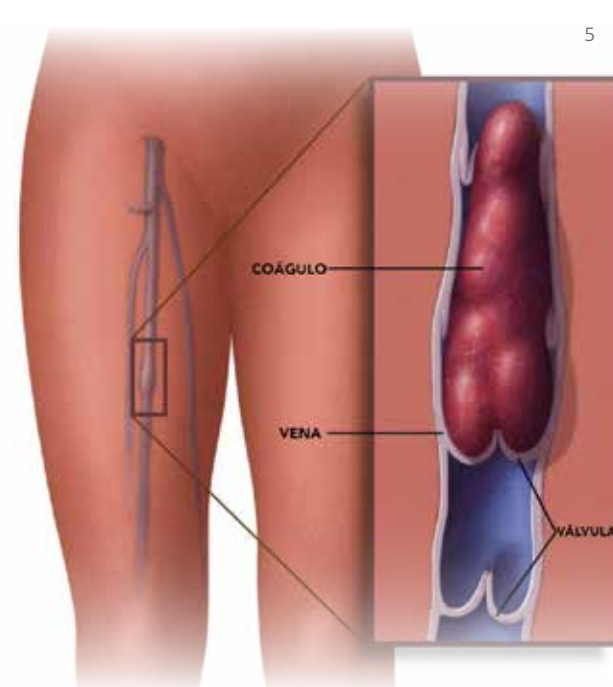
### 1. Explicación breve y simple de la patología

La trombosis venosa profunda (TVP) se produce cuando se forma un coágulo de sangre (trombo) en una o más venas profundas del cuerpo, generalmente en las piernas. La trombosis venosa profunda puede causar dolor o hinchazón de piernas. A veces, no hay síntomas notorios.<sup>5</sup>



La trombosis venosa profunda (TVP) y el embolismo pulmonar (EP) constituyen el tromboembolismo venoso (TEV).

La TVP ocurre con mayor frecuencia en las piernas, pero puede formarse en las venas de los brazos y en las venas mesentéricas y cerebrales.<sup>2</sup> Aunque el EP y la TVP muestran presentaciones clínicas bastante diferentes, se cree que el mecanismo más común del EP es la embolización de una TVP en las extremidades inferiores hacia las arterias pulmonares, y se consideran como la misma enfermedad fisiopatológica de las venas, que se han tratado como TEV.<sup>1</sup>

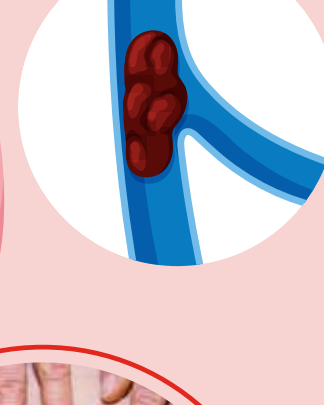
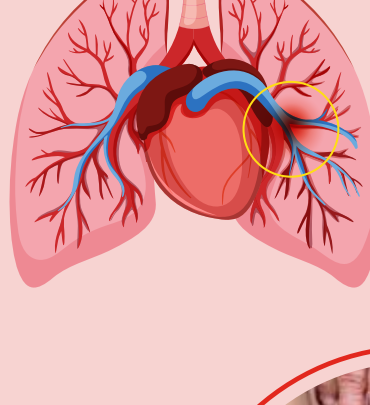


#### Coágulo de sangre en una vena de la pierna<sup>5</sup>

Un coágulo de sangre en una vena de la pierna puede producir dolor, calor y sensibilidad en el área afectada.

Las complicaciones de la trombosis venosa profunda incluyen las siguientes:

- **Embolia pulmonar.** La embolia pulmonar es una complicación asociada con la trombosis venosa profunda que pone en riesgo la vida. Se presenta cuando un coágulo sanguíneo (trombo) en una pierna u otra zona del cuerpo se desprende y luego queda atascado en un vaso sanguíneo del pulmón. **Se debe buscar atención médica inmediata si el paciente presenta síntomas de embolia pulmonar. Estos incluyen falta de aire repentina, dolor en el pecho al inhalar o toser, respiración rápida, pulso rápido, desmayos o sensación de desmayo y tos con sangre.**
- **Síndrome posflebítico.** El daño a las venas producido por el coágulo sanguíneo reduce el flujo sanguíneo hacia las zonas afectadas. Los síntomas incluyen dolor e hinchazón en las piernas, cambios en el color e inflamación de la piel.
- **Complicaciones del tratamiento.** Los anticoagulantes suelen utilizarse para tratar la trombosis venosa profunda. El sangrado (hemorragia) es un efecto secundario preocupante de los anticoagulantes. Es importante que el paciente se haga análisis de sangre con regularidad mientras toma este tipo de medicamentos.



### 2. Relación entre síntomas y cómo aliviarlos<sup>5</sup>

Entre los síntomas de la trombosis venosa profunda, se pueden incluir los siguientes:



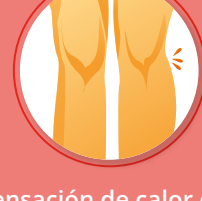
Hinchazón de las piernas.



Dolor en las piernas, calambres o dolor que suele comenzar en las pantorrillas.



Cambio en el color de la piel de la pierna, como rojo o morado, según el color de la piel.



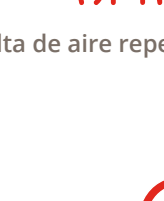
Sensación de calor en la pierna afectada.

La trombosis venosa profunda puede presentarse sin provocar síntomas perceptibles.

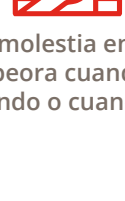
**Si el paciente presenta síntomas de trombosis venosa profunda comunicarse con el proveedor de atención médica.**

**Si presenta síntomas de embolia pulmonar (una complicación mortal de la trombosis venosa profunda), buscar ayuda médica de emergencia.**

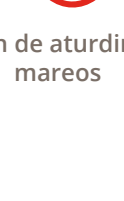
Los signos y síntomas de advertencia de la embolia pulmonar incluyen los siguientes:<sup>5</sup>



Falta de aire repentina



Dolor o molestia en el pecho que empeora cuando respira profundo o cuando tose



Sensación de aturdimiento o mareos



Desmayos



Pulso acelerado



Respiración rápida



Tos con sangre

#### ¿Cuáles son los síntomas que deben hacerle sospechar de un EP por TEV?<sup>3</sup>

Una disnea inexplicable, taquipnea o dolor torácico. Debemos considerar la presencia de factores de riesgo que refuercen nuestra sospecha diagnóstica.

#### ¿Qué opciones terapéuticas tenemos frente a un TEV?<sup>4</sup>

1. Anticoagulación Oral/Parenteral (Endovenosa)
2. Tratamiento Trombolítico
3. Cateterismo
4. Medidas de soporte



### 3. Consejos no farmacológicos para la prevención<sup>5</sup>

#### MOVER LAS PIERNAS

Si el paciente ha tenido un procedimiento quirúrgico o ha estado en reposo en cama, intente moverlo lo antes posible. Evite que cruce las piernas al sentarse. Esto puede bloquear el flujo sanguíneo. Si viaja, que tome descansos frecuentes para estirar las piernas. Cuando esté en un avión, recomíendele pararse y caminar de vez en cuando. Si el viaje es en automóvil, detenerse aproximadamente cada hora para caminar. Si no puede caminar, puede hacer ejercicios con la parte inferior de las piernas. Procure que suba y baje los talones mientras mantiene los dedos del pie en el piso. Después, que intente subir los dedos del pie mientras mantiene los talones en el piso.

#### NO FUMAR

Fumar aumenta el riesgo de presentar trombosis venosa profunda.

#### CONTROLAR EL PESO

La obesidad es un factor de riesgo para la trombosis venosa profunda. Hacer ejercicio de forma regular reduce el riesgo de tener coágulos sanguíneos. Como meta general, se debe hacer al menos 30 minutos de actividad física moderada todos los días. Si se desea bajar de peso, mantener la pérdida de peso o alcanzar metas específicas de acondicionamiento físico, puede ser necesario hacer más ejercicio.



### Fuente bibliográfica

1. Yamashita, Y., Morimoto, T., & Kimura, T. (2021). Venous thromboembolism: Recent advancement and future perspective. Journal of Cardiology. doi:10.1016/j.jcc.2021.08.026
2. Samuel Z Goldhaber; Henri Bounameaux (2012). Pulmonary embolism and deep vein thrombosis. , 379(9828), 0-1846. doi:10.1016/s0140-6736(11)61904-1
3. Esteban-Jiménez, Ó.; Velázquez-Lupiáñez, L.; Martínez-Raposo Piedrafita, M.C.; Cebollada-Gracia, A.D. (2013). Tromboembolismo pulmonar en atención primaria. SEMERGEN - Medicina de Familia, 39(3), 175-178. doi:10.1016/j.semerg.2012.01.002
4. Mercado, M., Aizman, A., & Andresen, M. (2013). Controversias en tromboembolismo pulmonar masivo. Revista Médica de Chile, 141(4), 486-494. doi:10.4067/s0034-98872013000400010
5. Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER). (2022). Mayo Clinic. Rochester, Minnesota. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/deep-vein-thrombosis/symptoms-causes/syc-20352557>