

Uso seguro de la Warfarina

La Warfarina es un **medicamento anticoagulante** que previene la formación de coágulos sanguíneos. Es fundamental **tomarla de manera adecuada para evitar complicaciones como sangrados o trombosis**.



¿Cómo tomar la Warfarina de manera segura?



- Tómalas **todos los días a la misma hora**, preferiblemente en la noche. Si no es posible, elige un horario que **te sea fácil recordar y mantenerlo siempre**.
- **No cambies la dosis por tu cuenta**. Solo tu médico puede ajustarla.
- Si olvidas una dosis, tómalas en **cuanto recuerdes el mismo día**. Si ya es el día siguiente, **NO tomes doble dosis**.
- No interrumpas el tratamiento **sin consultar a tu médico**.
- Informa a tu médico sobre **otros medicamentos que estés tomando**, ya que muchos **pueden afectar la Warfarina**.

Alimentación y Warfarina

Algunos alimentos ricos en **vitamina K** pueden reducir el efecto de la Warfarina. **No es necesario eliminarlos, pero consúmelos con moderación y de forma constante**.

Alimentos con alto contenido de vitamina K:



Espinaca, brócoli, col rizada, lechuga, repollo y espárragos.



Pimientos verdes y aguacate.

Consejo: Mantén una dieta equilibrada **sin grandes cambios** en tu consumo de estos alimentos y **siempre ten en cuenta las recomendaciones de tu médico**.

Uso seguro de la Warfarina



Signos de sangrado (acude al médico si presentas estos síntomas):

- 1 Sangrado en **encías o nariz frecuente**.
- 2 Orina o heces **con sangre (rojas o negras)**.
- 3 Hematomas o moretones **sin causa aparente**.
- 4 Dolor de cabeza **intenso o mareos**.



Signos de formación de coágulos (busca ayuda inmediata):

- 1 **Dolor o hinchazón** en una pierna.
- 2 Falta de aire **repentina** o dolor en el pecho.
- 3 Debilidad en **un lado del cuerpo** o dificultad **para hablar**.

Control y seguimiento

- Monitorea tu INR (**prueba de coagulación**) regularmente.
- Valores normales: **INR entre 2.0 y 3.0** (puede variar según la indicación médica).
- Si tu INR está fuera del rango recomendado, **consulta a tu médico**.



Uso seguro de la Warfarina



Medicamentos y Warfarina

Algunos medicamentos pueden interferir con la Warfarina. consulta a tu médico antes de tomar:

- Antiinflamatorios como ibuprofeno o naproxeno.
- Antibióticos y antifúngicos.
- Vitaminas, suplementos o productos naturales como hierba de San Juan, Gynkgo, Biloba, Castaño de indias, ajo, Omega 3 y 6, jugo de pomelo o toronja.

Evita el alcohol o consúmelo con moderación, ya que puede aumentar el riesgo de sangrado.

¡Cuida tu salud y sigue estas recomendaciones!

- Toma tu Warfarina correctamente
- Mantén una alimentación estable.
- Haz controles periódicos de INR.
- Consulta siempre a tu médico antes de tomar otros medicamentos.



Si tienes dudas o efectos adversos, escríbenos al programa de farmacovigilancia:

farmacovigilancia@sumimedical.com

¡Tu seguridad es nuestra prioridad!