

Autocontrol de la Anticoagulación

Este documento ofrece una breve descripción de los pasos del autoexamen o autocontrol de la anticoagulación por parte del paciente.

¿Qué es la anticoagulación?

La anticoagulación previene la formación de coágulos (en los pacientes con fibrilación – FA- o aleteo auricular, estos coágulos pueden formarse dentro del corazón y luego pueden desplazarse hacia el cerebro y producir un accidente cerebrovascular). Los anticoagulantes (warfarina o acenocumarol) son efectivos para prevenir el accidente cerebrovascular. La mayoría de los pacientes con reemplazos de válvulas cardíacas o con trastornos del ritmo cardíaco, como la FA o el aleteo auricular, toman Warfarina o acenocumarol.

¿Qué es el autocontrol?

El autocontrol de la Warfarina o del Acenocumarol implica hacer chequeos regulares a través de análisis de sangre. La capacidad de la Warfarina o del Acenocumarol para hacer que la sangre sea menos propensa a coagularse (medido por la RIN, Razón Internacional Normalizada) puede verse afectada por una variedad de factores como los alimentos y otros medicamentos. El chequeo regular asegura que la RIN no esté demasiado baja (riesgo de coágulos) o muy elevada (riesgo de sangrado). La dosis de la Warfarina o del Acenocumarol se puede ajustar de acuerdo con el valor de la RIN, para asegurar que su RIN se mantenga dentro del valor requerido para su condición. El autocontrol implica el uso de un dispositivo manual para medir la RIN en una gota de sangre. Además, esta prueba se puede realizar desde su propia casa, en el trabajo, o mientras está de vacaciones.

¿Qué implica para usted?

Autotest para Pacientes

Los valores de RIN pueden ser medidos por usted mismo en su casa con una muestra de sangre obtenida con un pinchazo en su dedo y un dispositivo llamado Punto de Cuidado (en inglés POC, "Point of Care"). Luego usted puede proporcionar sus valores de RIN a su médico (por lo general por teléfono) a una hora previamente acordada.

Autogestión para Pacientes

El médico le aconsejará sobre la dosis de Warfarina o de Acenocumarol que usted necesita tomar. Con un entrenamiento adecuado, la dosis de Warfarina o de Acenocumarol y la frecuencia de los exámenes puede ser también manejado por usted con el apoyo de su médico.

¿Quién puede autocontrolarse la Warfarina o el Acenocumarol?

El autocontrol no es adecuado para todos, pero puede dar como resultado una mayor satisfacción del paciente y una mejor calidad de vida. Para ser candidato a autocontrolarse, usted debe estar en tratamiento con Warfarina o Acenocumarol en forma crónica. Deberá estar motivado y con ganas de tener un papel activo en el cuidado de su salud. Usted debe ser manualmente diestro y tener una visión aceptable (o un allegado que lo pueda asistir). Será necesario asistir a la clínica ocasionalmente para su revisión, y para la prueba de control de calidad de su dispositivo de "Punto de Cuidado".

El autocontrol puede ser particularmente beneficioso para:

1. Personas con factores de riesgo de sangrado, como los mayores de 65 años, los que tienen otras

condiciones médicas graves o los que están tomando otros medicamentos además de Warfarina o Acenocumarol.

2. Aquellos con valores de RIN altamente variables, con lo que se facilita la correlación en forma inmediata con factores como la ingesta de ciertos alimentos que perturban sus mediciones de RIN.

3. Personas con dificultades para viajar a la clínica debido a la distancia, a discapacidades o a compromisos familiares o laborales.

¿Cómo iniciar las actividades de autocontrol?

1. Discuta la idea en su clínica de anticoagulación. Si ellos están dispuestos a supervisar su entrenamiento y manejo, considere comprar un dispositivo de Punto de Cuidado (o vea la posibilidad de tener un dispositivo en préstamo hasta que usted esté seguro de que desea continuar con el autocontrol).

2. Planifique e implemente las sesiones de entrenamiento con su supervisor. Las sesiones de capacitación deben incluir:

- Información sobre la coagulación de la sangre.
- Como funcionan la Warfarina y el Acenocumarol y por qué es importante el tratamiento.
- Las condiciones que requieren anticoagulación y la RIN deseada.
- Por qué es necesario el control periódico (incluyendo información acerca de la influencia de la dieta y el estilo de vida, así como de otros medicamentos en los valores de la RIN).
- Demostraciones prácticas de entrenamiento sobre cómo llevar a cabo el test con un monitor de Punto de Cuidado y el control de calidad).
- Cómo interpretar los valores de la RIN con la asistencia de una tabla de dosis (autogestión para pacientes).

- Discusión/preguntas.

Seguidamente, usted registrará los resultados de su RIN en su casa por un período de tiempo antes de ser citado nuevamente para una evaluación práctica y teórica, con el propósito de comprobar que está capacitado y cómodo realizando las pruebas. Si usted es considerado apto, se le dará un certificado de competencia firmado por el paciente y el profesional de la salud.

¿Qué ocurre a continuación?

1. Usted llevará a cabo pruebas de control de calidad sobre su dispositivo de Punto de Cuidado, según lo acordado con su supervisor.
2. Si usted está haciendo autogestión, utilizará una tabla de dosificación acordada con su supervisor.
3. Usted acordará cómo los resultados serán documentados para asegurar que los valores de RIN, otros datos (alimentos, medicación), resultados de los controles de calidad y cualquier problema sean registrados adecuadamente. El "Libro Amarillo" es ampliamente utilizado por las clínicas de anticoagulación y puede ser usado por usted para registrar los valores de RIN y la fecha de su próximo examen. Los resultados de los controles de calidad y los eventos adversos pueden ser registrados en la sección de "Comentarios".
4. Usted se pondrá de acuerdo sobre la frecuencia de seguimiento con su supervisor. Es recomendable que los pacientes sean vistos inicialmente por lo menos una vez cada seis meses.
5. Usted firmará un acuerdo con el supervisor a cargo en el que constará lo que fue acordado. Este convenio puede ser cancelado en cualquier momento si usted no cumple con todos los requerimientos.

Autor: Dr. Matthew Fay

Autor: Dr Gonzalez-Zuelgaray, Electrofisiólogo

Aprobado por: Professor G. Y. H. Lip, Cardiólogista