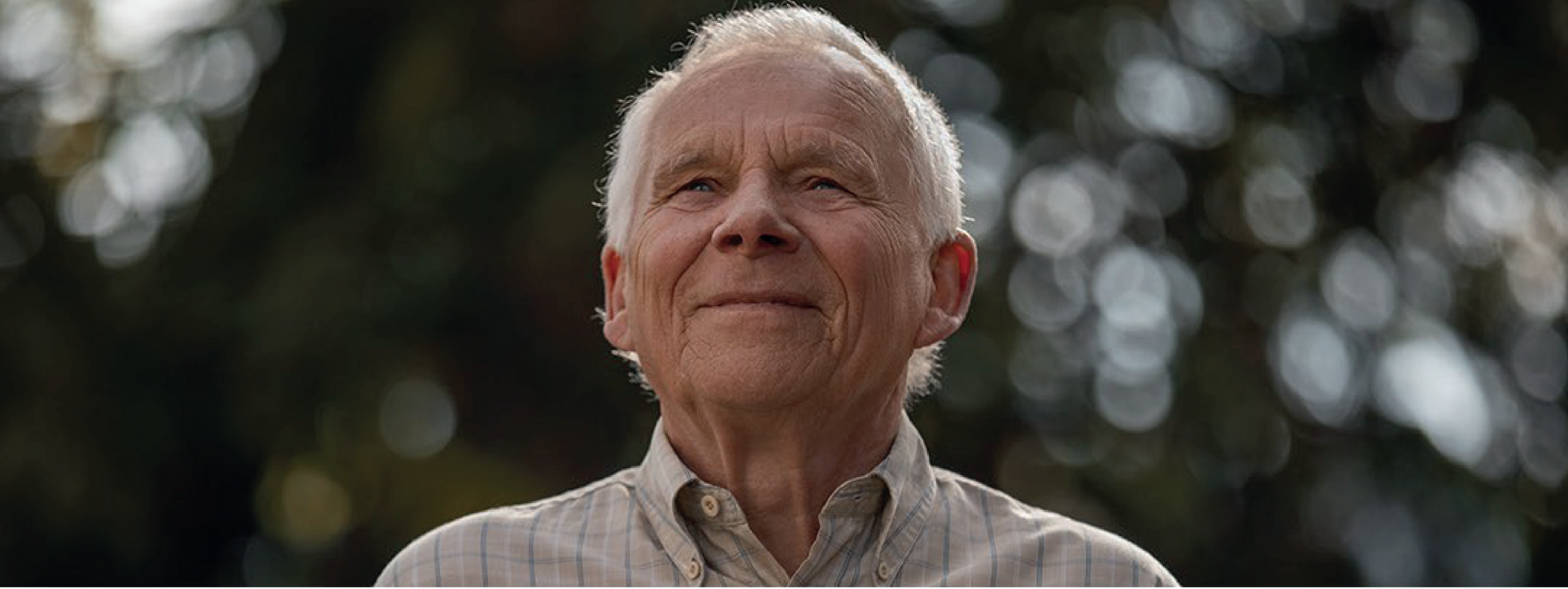




ANTICOAGULANTE:

QUAIS CUIDADOS TOMAR?



Sumário

	O uso de anticoagulantes	Pg. 3
	Efeitos adversos	Pg. 5
	Como prevenir um coágulo sanguíneo	Pg. 6
	Referências	Pg. 8

O USO DE ANTICOAGULANTES

Os anticoagulantes são responsáveis por **ajudar a impedir o crescimento de coágulos de sangue** dentro dos vasos sanguíneos.¹

Apesar de serem conhecidos como **“diluentes do sangue”**, a verdade é que eles **facilitam a circulação livre do sangue nos vasos**, impedindo o sangue lento de formar coágulos onde não deveria.¹



É **muito importante** que os comprimidos sejam tomados seguindo as **orientações médicas**, sem alterações de doses por conta própria.¹

Para pacientes que fazem o uso de **anticoagulantes**, existem algumas orientações importantes para esse tipo de tratamento e que podem fazer a diferença na qualidade de vida.

Separamos **algumas** para você: ²



Evitar atividades de risco que possam causar sangramento ou trauma;



Não compensar a dose esquecida no dia seguinte. Caso tenha perdido mais de uma dose, entre em contato com seu médico;



Anticoagulantes podem causar hematomas ou sangramentos, entre em contato com o médico se isso acontecer;

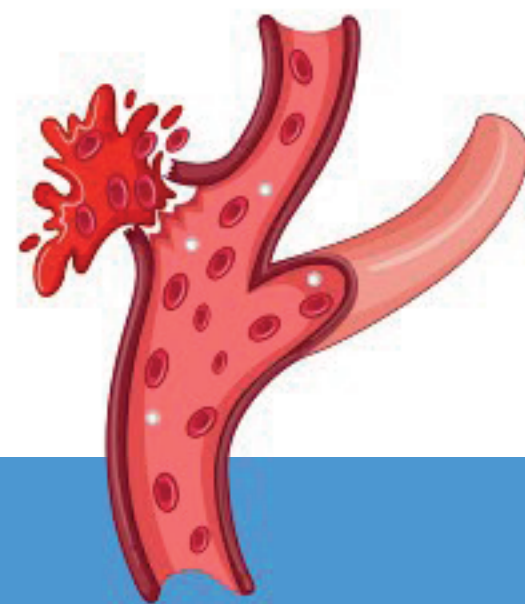


Evitar automedicação para não ocorrer interação do medicamento com o anticoagulante;

O médico é o maior aliado nessa jornada, sempre recorra a ele. É essencial que o paciente colabore de perto com o médico ou enfermeiro quando começar o tratamento, assim, é possível determinar a dose exata do medicamento. ^{1, 2}

EFEITOS ADVERSOS

A complicação mais comum no uso dos anticoagulantes é a hemorragia. ²



- Aproximadamente 10% dos pacientes têm um episódio de sangramento por ano. ²
- Desses, de 2,5 a 3% têm sangramento mais grave. ²

Apesar de **raro**, também pode acontecer a hemorragia grave, podendo estar relacionada com uma **úlcera no estômago**. ¹

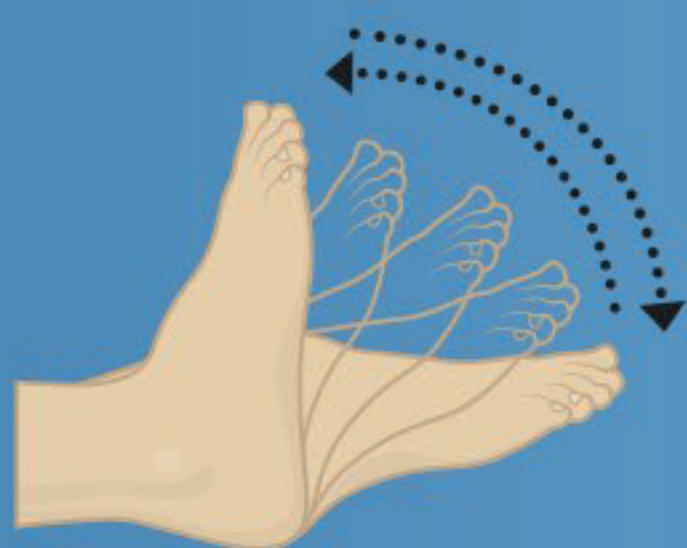
Devido ao risco de sangramento, caso note a hemorragia, **comunique imediatamente ao seu médico**. Em alguns casos, é possível notar manchas roxas e volumosas na pele. ^{1, 2}

Além da hemorragia, também podemos citar alopecia, diarreia, náuseas, anorexia, leucopenia e hepatotoxicidade. Em caso de aparecer algum desses sintomas, **procure o médico!** ²



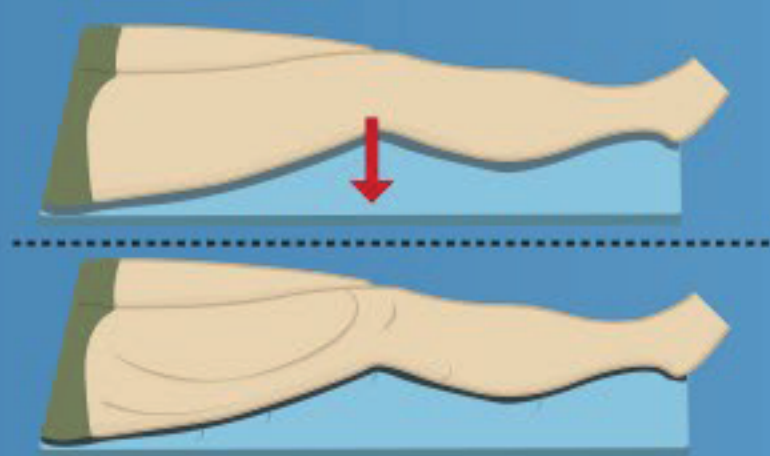
COMO PREVENIR UM COÁGULO SANGUÍNEO

Além do tratamento com **anticoagulante**, também é importante prevenir os coágulos de outras maneiras, por isso, trouxemos algumas dicas para ajudar em casos nos quais o paciente fique períodos prolongados sem se movimentar: ³



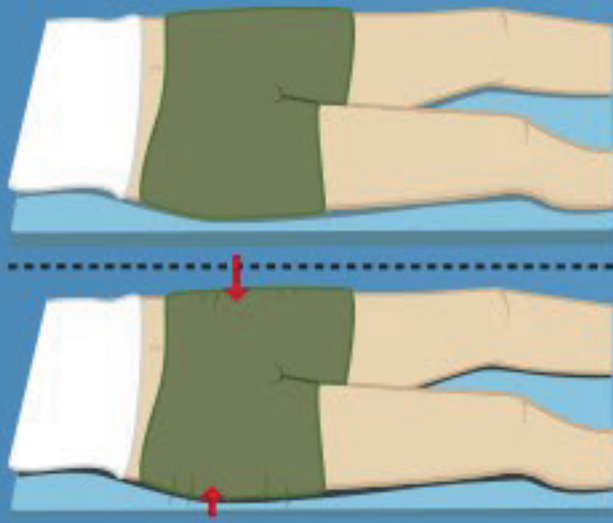
Movimente seus pés para cima e para baixo de maneira rápida e constante por 20 vezes.

Repita três vezes ao dia para melhorar a circulação sanguínea.



Aperte as coxas contra a cama e conte até seis. Descanse e repita por mais dez vezes.

Repita o exercício três vezes ao dia.

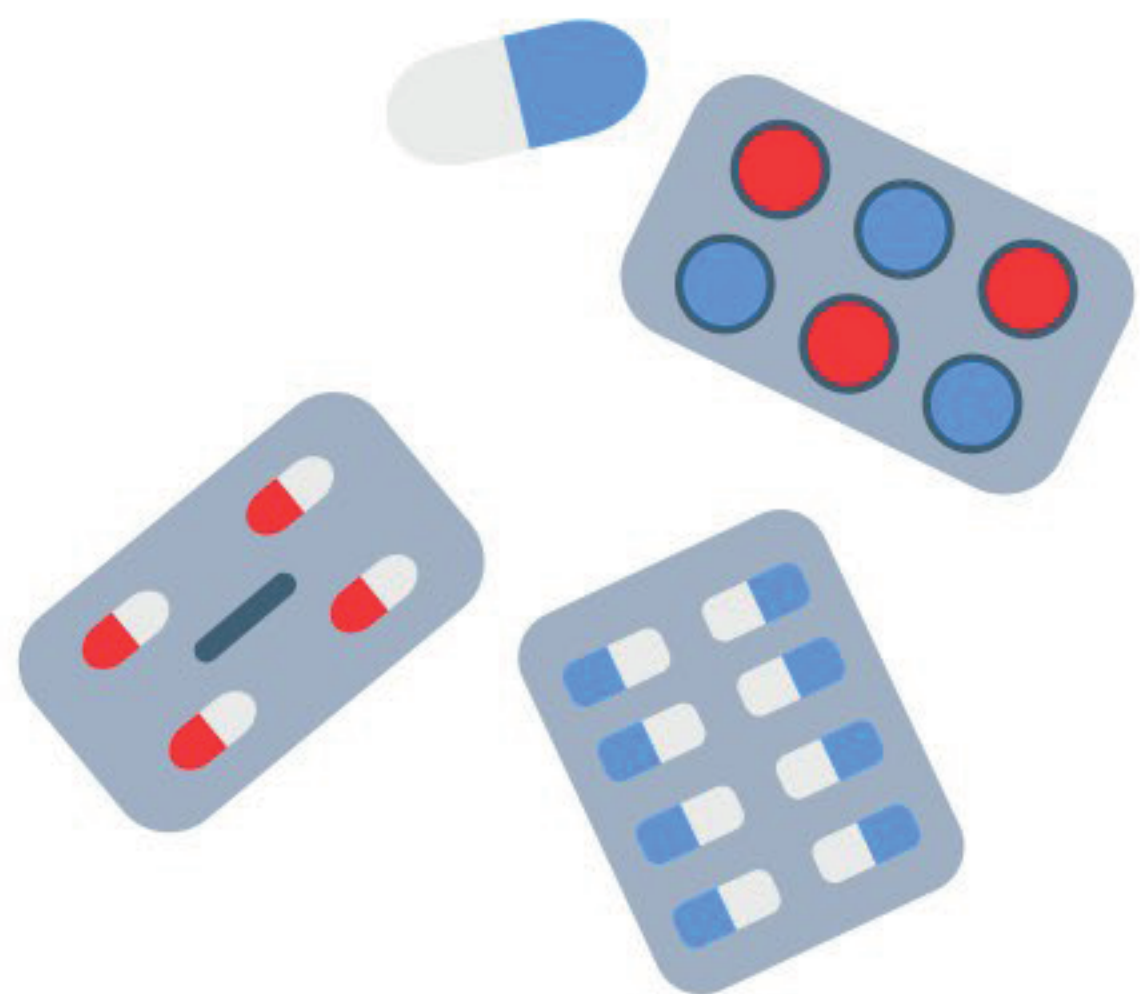


Contraia o glúteo até seis.
Descanse e repita por mais
dez vezes.

Repita o exercício três vezes
ao dia

O **Programa EMS Saúde** está aqui para apoiar você em cada etapa dessa jornada. Juntos podemos unir forças para **cuidar melhor da saúde.**

Continue acessando nosso site para mais conteúdos.



Referências

¹ HEART FAILURE MATTERS. ANTICOAGULANTES E NOVOS ANTICOAGULANTES ORAIS. 31 jan. 2024. Disponível em: <https://www.heartfailurematters.org/pt-br/o-que-o-seu-medico-ou-enfermeiro-pode-fazer/anticoagulantes-e-novos-anticoagulantes-orais/>. Acesso em: 31 jan. 2024.

² BIBLIOTECA VIRTUAL DA SAÚDE. Quais orientações devem ser dadas aos pacientes anticoagulados?. 8 ago. 2013. Disponível em: [https://aps-repo.bvs.br/aps/quais-orientacoes-devem-ser-dadas-aos-pacientes-anticoagulados/#:~:text=Evitar%20atividades%20de%20risco%20de,em%20contato%20com%20seu%20m%C3%A9dico](https://aps-repo.bvs.br/aps/quais-orientacoes-devem-ser-dadas-aos-pacientes-anticoagulados/#:~:text=Evitar%20atividades%20de%20risco%20de,em%20contato%20com%20seu%20m%C3%A9dico.). Acesso em: 31 jan. 2024.

³ MINISTÉRIO DA SAÚDE. Instituto Nacional de Traumatologia e Ortopedia Jamil Haddad. Orientações do Uso de Anticoagulantes. Disponível em: <https://www.into.saude.gov.br/images/pdf/cartilhas/Cartilha-Orientaes-de-Aplicao-de-Anticoagulante-Injetvel-por-Pacientes-ou-Familiares-e-Cuidadores-verso-web.pdf>. Acesso em: 31 jan. 2024.

