



# Los Peligros de la TVP

Conozca sus factores de riesgo y cómo prevenir esta condición

La trombosis venosa profunda (TVP) ocurre cuando un coágulo de sangre se forma en una vena profunda en el cuerpo, usualmente la pantorrilla o el muslo. Si el coágulo se desprende en el torrente sanguíneo, puede moverse a las arterias que conducen a los pulmones y bloquear el flujo sanguíneo, lo que se conoce como embolismo pulmonar. De acuerdo con el Centro de Prevención de la TVP, las complicaciones de la TVP matan cada año hasta 200, 000 personas en los Estados Unidos, a embolias pulmonares pueden causar la muerte.

## Factores de riesgo

Los factores de riesgo más comunes para la TVP son:

- edad mayor de 60 años;
- largos períodos de movimiento limitado, tales como los largos viajes aéreos o el período de recuperación después de una cirugía;
- patologías heredadas que causan un aumento de la coagulación sanguínea;
- el cáncer;
- una herida o cirugía que reduzca el flujo sanguíneo a una parte del cuerpo;
- el embarazo o un parto reciente;
- estar sobrepeso;
- usar píldoras anticonceptivas o terapia hormonal;
- el tener un catéter en vías venosas centrales

El riesgo de una TVP se incrementa si la persona tiene más de uno de estos factores de riesgo.

## Síntomas de la TVP

Muchas personas no se dan cuenta que tienen una TVP, pero otros sienten ciertos síntomas. Los principales síntomas de la TVP son:

- inflamación en la pierna
- enrojecimiento en la pierna
- sensación de calentura en una o ambas piernas
- dolor o sensación dolorosa en la pierna

Si usted tiene alguno de estos síntomas, llame a su proveedor de salud inmediatamente.

## Síntomas del embolismo pulmonar

Los síntomas de la embolia pulmonar incluyen:

- falta de aire
- tos
- sensación de ansiedad
- dolor en el pecho
- rápidos latidos del corazón
- sudoración
- desmayo

Repetimos, si usted tiene cualquiera de estos síntomas, llame a su proveedor de salud inmediatamente.

## Las pruebas

Su proveedor de salud puede recomendarle algunas pruebas para detectar si hay una TVP. Éstas incluyen:

- el ultrasonido para verificar cómo está fluyendo la sangre en sus venas
- la venografía (se inyecta un colorante de contraste en sus venas y se toman rayos x, para ver si hay coágulos de sangre)

## El tratamiento

Los objetivos principales en el tratamiento de una TVP son:

- evitar que el coágulo se haga más grande
- evitar que el coágulo se desprenda y viaje a los pulmones
- prevenir futuros coágulos de sangre

Entre los medicamentos que se usan para tratar o prevenir la TVP se encuentran los diluyentes sanguíneos, como la warfarina (nombre genérico Coumadin) o la heparina. Los diluyentes sanguíneos diluyen la sangre de forma tal que no se pueden formar coágulos. La warfarina se toma como pastilla, y la heparina se administra a través de un suero por sus venas. Si alguien no puede tomar heparina, un proveedor de salud puede recetar otro tipo de diluyente sanguíneo llamado inhibidor de trombos.

Si los diluyentes sanguíneos no funcionan o usted no puede tomarlos, usted va a necesitar un filtro en la vena principal que regresa al corazón desde la parte inferior del cuerpo. Este filtro puede capturar un coágulo y evitar que alcance los pulmones.

El elevar la pierna afectada y el usar calcetines especiales puede ayudar a reducir la inflamación y el dolor que produce la TVP.

Los calcetines de compresión graduados, que cubren la pierna desde el pie hasta la rodilla, producen una presión suave para reducir la inflamación.

## La Prevención de la TVP

En general, la Asociación Americana del Corazón recomienda ejercicios sistemáticos, alimentos saludables y el control del peso corporal como vías para reducir el riesgo de la TVP. Evite fumar y tomar demasiado alcohol. Tome suficiente agua.

El hacer ejercicios simples de las piernas puede ayudar a prevenir las TVP.

Si usted está en un avión por un largo tiempo, de forma sistemática flexiones y rote sus pies, como si estuviera dibujando círculos con ellos. Si puede, camine por el pasillo. Tome suficiente líquidos, preferiblemente agua. Camine 30 minutos antes de abordar el avión.

Si usted ha sido operado o ha tenido una enfermedad, trate de salir de la cama, y camine tan pronto pueda. Si su proveedor de salud le ha recetado un medicamento para prevenir los coágulos de sangre, tómelo como se la hayan indicado.

## Fuentes

Academia Americana de Médicos de Familia: [www.aafp.org](http://www.aafp.org)  
 American Heart Association: [www.americanheart.org](http://www.americanheart.org)  
 Centro de Prevención de TVP Sanofi-Adventis: [www.dvt.net](http://www.dvt.net)

Compilado por by Abigail Scott, editor asociado de ADVANCE.



## Notas

La intención de este folleto es para explicar y servir como recordatorio de una condición médica. El folleto es una guía general solamente. Si tiene preguntas específicas, asegúrese de discutir las con su médico o profesional de salud. El folleto puede ser reproducido para distribución a pacientes.