

# EDUCACION SANITARIA AL PACIENTE ANTICOAGULADO EN ATENCION PRIMARIA

María Noelia Sánchez Manzano<sup>1</sup>; Remedios Uribe Carreño<sup>1</sup>; Rosario I. Gimeno Mora<sup>1</sup>; Rosa María Sánchez Manzano<sup>1</sup>.  
<sup>1</sup>.Distrito Sanitario Poniente Almería.

## Introducción

El paciente anticoagulado es un paciente crónico, al cual, hay que educar en su tratamiento, dándole pautas y recomendaciones que le ayudaran a entender mejor su patología.

Es por ello que desde atención primaria hemos hecho un esfuerzo importante para que afiance conocimientos sobre su enfermedad y que sepan identificar señales de riesgo y consejos de vida saludable para un buen mantenimiento de su INR.

**Objetivo:** Dar a conocer pautas de alimentación saludables y detección de signos de alarma a pacientes anticoagulados acenocoumarol o warfarina.

## Metodología

Se seleccionaron 40 pacientes incluidos en el programa de control de INR en Atención Primaria, de edades comprendidas entre 60 y 80 años, divididos en dos grupos: 20 grupo experimental y 20 grupo control. Se descartaron para el estudio aquellos pacientes que no se encargaban directamente de tomar su medicación y preparar su alimentación, sino que recibían la ayuda de un cuidador.

El programa consistió en 4 sesiones de una hora de duración cada una, una sesión por semana.

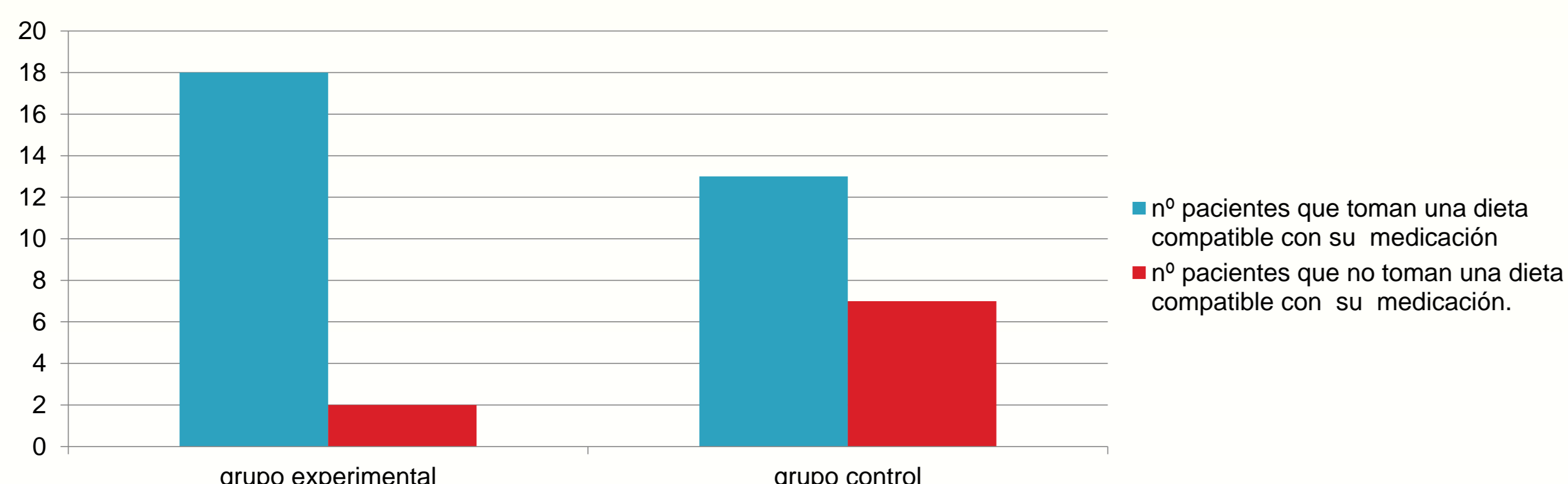
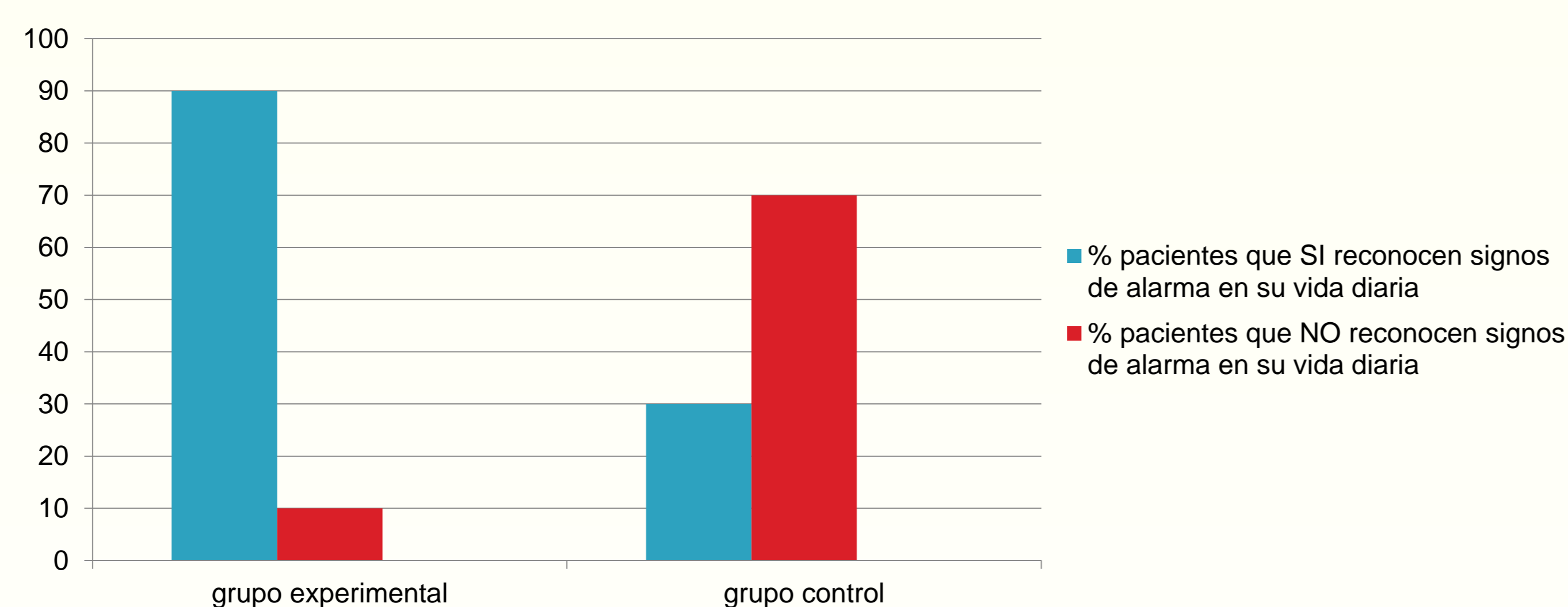
Programa: El grupo experimental contó con una primera sesión en la que se informó del beneficio de una alimentación compatible con el fármaco que están tomando, la forma de reconocer signos de alarma y se hizo entrega de un tríptico con información personalizada para cada caso y tratamiento. Tres sesiones restantes de comprobación y afianzado de conocimientos. El grupo control solo acudió a consulta y se le realizó el INR.

Al finalizar el programa se realizó una evaluación pasando una encuesta a los dos grupos.

### Encuesta

¿Actualmente realiza una dieta específica por estar en tratamiento con Sintrom?	SI	NO
¿Sabe que tiene que consultar ante cambios de dieta o medicación?	SI	NO
¿Sabe que tiene que informar antes de acudir al dentista o ante una intervención?	SI	NO
¿Es consciente de la importancia de ingerir el tratamiento de forma correcta?	SI	NO
¿Conoce cuales son los signos de alarma ante los que tiene que consultar?	SI	NO

## Resultados



**MAYOR FACILIDAD PARA LLEVAR A CABO EL TRATAMIENTO PRESCRITO Y RECONOCER SITUACIONES DE RIESGO**

**AUMENTA LA RESPONSABILIDAD DEL AUTOCUIDADO**

**MEJORA LA RELACIÓN ENFERMERO - PACIENTE**

**MEJOR CONTROL DE LA ENFERMEDAD**

## Conclusiones

El manejo de una buena información sobre alimentación y pautas saludables hace que los pacientes en tratamiento con sintrom, consigan un mayor control sobre su enfermedad, reduciendo la probabilidad de contratiempos y agravamiento de la misma.

### BIBLIOGRAFIA:

Acedo Martínez. A." Aspectos técnicos de anticoagulación oral ".Disponible en: <http://www.neurología.rediris.es/congreso-1/conferencias/h-general-4.html>

Fernández- Obanza." Anticoagulación oral". Disponible en: <http://www.fisterra.com/guias2/tao.asp>

García Lara; Caria Pérez; Orden García; Gonzales Delgado; García Criado; Antón Murillo. " ¿ Controlamos e informamos bien a nuestros pacientes anticoagulados?". Evidentia.2006;3(7).

