

# Adherencia al tratamiento de la fibrilación auricular

El cumplimiento del plan de tratamiento reduce el riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular relacionado con la FA.



Más de tres millones de estadounidenses tienen fibrilación auricular (FA), que es la alteración del ritmo cardíaco más común. La FA se produce por señales eléctricas caóticas en el corazón. Estas señales eléctricas caóticas provocan un estremecimiento de las cavidades cardíacas superiores (las aurículas), en lugar de comprimirlas (contracción) de forma adecuada. Si la FA no se trata, es posible que se estanque sangre en las aurículas y se formen coágulos. Si uno de los coágulos

se libera, puede ingresar al flujo sanguíneo y provocar una trombosis cerebral. Una trombosis cerebral implica que la sangre rica en oxígeno no puede llegar al cerebro. Las células del cerebro que no reciben oxígeno pueden morir o sufrir daños.

Los proveedores de atención médica pueden estimar el riesgo de sufrir una trombosis cerebral con base en su edad, sexo y otras afecciones médicas, como presión arterial alta (hipertensión), insuficiencia cardíaca, diabetes y problemas en las arterias o venas (enfermedad vascular). Si en el pasado ha sufrido una trombosis cerebral o una mini trombosis cerebral, el riesgo de que se produzca otra trombosis es mayor.

## Prevención de trombosis cerebrales

Con base en su riesgo personal, el proveedor de atención médica

puede recomendar la toma de medicamentos que adelgazan la sangre (anticoagulantes), con el fin de reducir el riesgo de sufrir una trombosis cerebral provocada por la FA. Estos medicamentos se conocen como anticoagulantes. Existen diversos tipos de medicamentos anticoagulantes. Si bien trabajan de maneras ligeramente diferentes, todos los anticoagulantes reducen el riesgo de que se formen coágulos en el corazón. De este modo, los anticoagulantes reducen el riesgo de sufrir una trombosis cerebral.

Los anticoagulantes son más eficaces cuando se toman siguiendo las recomendaciones prescriptas. Si no toma la cantidad adecuada de medicamentos anticoagulantes y la sangre no está lo suficientemente diluida, puede sufrir una trombosis cerebral. Si la sangre está muy diluida, se pueden

producir hemorragias peligrosas. Es muy importante “adherirse” al plan del tratamiento con el fin de evitar estas complicaciones.

### ¿Qué es la adherencia?

La adherencia implica “cumplir con” la toma de medicamentos o “respetarla” exactamente como lo indicó el proveedor de atención médica, así como realizarse análisis de sangre y asistir a las visitas de seguimiento de acuerdo a las instrucciones recibidas.

En general, esto significa tomar entre el 90 % y el 100 % de sus medicamentos todos los meses. Nueve de cada diez personas con FA que asisten a una sala de emergencias por una trombosis cerebral no toman ningún anticoagulante o no lo hacen de forma regular. Los pacientes que no toman la cantidad adecuada de medicamentos anticoagulantes tienen seis veces más probabilidades de sufrir una trombosis cerebral y cuatro veces más probabilidades de sufrir hemorragias peligrosas. **Adherirse a su plan de tratamiento de anticoagulación, es decir, tomar los medicamentos exactamente como lo indique el proveedor de atención médica, es su mejor opción para reducir el riesgo de sufrir una trombosis cerebral incapacitante o potencialmente mortal.** Los pacientes que se adhieren a sus planes de tratamiento con anticoagulantes

también tienen muchas menos probabilidades de sufrir hemorragias peligrosas.

La adherencia puede dificultarse por diversos motivos. Algunos de los motivos más comunes son los siguientes:

- Olvidarse de tomar el medicamento.
- Intentar evitar los efectos secundarios del medicamento.
- El costo del medicamento.

### Recordatorios para la toma de medicamentos

El uso de pastilleros (si es adecuado para sus medicamentos específicos) y el hábito de marcar en un calendario o gráfico la toma de medicamentos pueden resultar útiles. Algunos pacientes utilizan la función de alarma de sus teléfonos móviles para recordar tomar los medicamentos a la misma hora todos los días. Debe hablar con su proveedor de atención médica sobre otras maneras de garantizar la toma de medicamentos como se indicó.



### Efectos secundarios

Debe hablar con su proveedor de atención médica sobre los posibles efectos secundarios de cualquier medicamento. Una buena idea es diseñar un plan de acción con su proveedor de atención médica para ver qué debe hacer si cree que tiene un efecto secundario a causa del medicamento. Salvo que un proveedor de atención médica le indique lo contrario, siempre debe tomar sus medicamentos anticoagulantes de acuerdo con el plan, a fin de reducir el riesgo de sufrir una trombosis cerebral.

### Costo de los medicamentos

Asimismo, es posible que el consultorio del proveedor de atención médica también pueda responder sus consultas sobre el costo de los medicamentos y la disponibilidad de diferentes opciones de pago. La dificultad que supone el pago de los medicamentos es uno de los motivos por los cuales los pacientes no se adhieren a sus planes de tratamiento, por lo que el costo puede ser un factor importante a la hora de elegir un medicamento anticoagulante.

Existen factores de adherencia específicos para cada tipo de medicamento anticoagulante. En la tabla de la página siguiente, se describen algunos de estos factores.

Medicamento	Factores de adherencia específicos al medicamento
<p><b>Inhibidores directos de trombina</b></p> <p><i>Dabigatrán (Pradaxa®)</i></p>	<p>Este medicamento tiene formato de cápsula y nunca debe abrirse. Un aspecto importante es que, <b>a diferencia de otros medicamentos</b>, este medicamento debe almacenarse en el envase original y no en un pastillero. Si no sigue estas instrucciones, existe la posibilidad de tomar una sobredosis del medicamento.</p> <p>Este medicamento puede provocar “reflujo” o “acidez gástrica” en algunos pacientes. Si esto ocurre, es importante consultar a su proveedor de atención médica o farmacéutico antes de modificar la toma del medicamento o antes de tomar un medicamento de venta libre, que puede disminuir la eficacia del medicamento anticoagulante para reducir el riesgo de sufrir una trombosis cerebral.</p>
<p><b>Inhibidores del factor Xa</b></p> <p><i>Apixabán (Eliquis®)</i>  <i>Edoxabán (Savaysa®)</i>  <i>Rivaroxabán (Xarelto®)</i></p>	<p>Rivaroxabán (Xarelto®) debe tomarse con las comidas, preferentemente con la comida más importante del día, para que el cuerpo absorba todo el medicamento y pueda trabajar en la prevención de trombosis cerebrales.</p>
<p><b>Antagonistas de la vitamina K</b></p> <p><i>Warfarina (Coumadin® o Jantoven®)</i>  <i>Acenocoumarol</i></p>	<p>Debe tomar todas las dosis de warfarina recetadas por el proveedor de atención médica. Si bien esto es importante con todos los medicamentos, es particularmente fundamental en el caso de la warfarina, ya que el medicamento puede tardar una semana o más en acumularse nuevamente en el sistema luego de omitir solo una dosis.</p> <p>La eficacia de la warfarina puede depender de lo que come y bebe, sus niveles de actividad y otros medicamentos. Comparta los detalles de su dieta con su proveedor de atención médica y comente a los demás médicos que está tomando warfarina, especialmente si deben recetarle un medicamento nuevo.</p> <p>Es importante que conozca su nivel de “INR”. El INR es un examen que mide la eficacia de la warfarina. Las complicaciones son más comunes cuando el nivel de INR se encuentra por debajo de 2,0 (se puede producir una trombosis cerebral) o por encima de 3,0 (se pueden producir hemorragias peligrosas).</p>

Es muy importante que sea completamente sincero con su proveedor de atención médica o farmacéutico con respecto a sus problemas o inquietudes. Por ejemplo, si le preocupa no poder realizar determinadas actividades o disfrutar de su comida favorita, debe decírselo a su equipo de atención médica. El objetivo de su equipo de atención médica es crear el mejor plan de tratamiento para usted; un plan que pueda seguir. Deben asegurarse de que el medicamento anticoagulante que tome sea seguro y eficaz para usted, y que, además, se adecúe lo mejor posible a su estilo de vida.

Si se le ha diagnosticado FA, comuníquese con su proveedor de atención médica para obtener más información sobre su riesgo personal de sufrir una trombosis cerebral.

### **Hablando con su proveedor de atención médica**

**La toma de medicamentos anticoagulantes de acuerdo con la receta es el aspecto más importante para reducir el riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular. Las preguntas a continuación pueden ayudarlo a la hora de hablar con su profesional sanitario y aprender los pasos a seguir para garantizar la eficacia del medicamento.**

- ¿Qué es un plan de tratamiento?
- ¿Debo entregar copias de mi plan de tratamiento a mis familiares o cuidadores?
- ¿Es importante el horario de toma de los medicamentos?
- ¿Debo llevar un registro de la toma de medicamentos?
- ¿Debo llevar un registro de lo que como y bebo?
- ¿Puedo beber cerveza o vino?
- ¿Puedo tomar una vitamina u otros suplementos diarios, como hierba de San Juan?
- ¿Debo realizarme análisis de sangre para controlar los medicamentos anticoagulantes? De ser así, ¿con qué frecuencia? ¿Y quién debe indicar los ajustes de mis medicamentos en función de los resultados?
- ¿Qué debo hacer si olvido tomar los medicamentos anticoagulantes?
- ¿Qué debo hacer si, por error, tomo dos dosis?
- ¿A quién debo notificar si voy al dentista o debo someterme a una intervención?
- ¿Qué sucede si no puedo comunicarme con usted por teléfono? ¿Puede alguien de su consultorio responder mis consultas?
- ¿Con qué frecuencia debo consultarlo para asegurarme de que todo esté en orden?