

# ORIENTAÇÕES AO PACIENTE

## 8. ANTICOAGULAÇÃO

### RECOMENDAÇÕES GERAIS PARA OS PACIENTES EM USO DA WARFARINA

1. Siga as orientações do seu médico: a warfarina deve ser administrada exatamente conforme orientado por ele. Não aumente, não diminua e não pare o seu uso sem antes falar com o seu médico. Se uma dose for esquecida, entre em contato com o seu médico.
2. Diminua o risco de sangramentos: o paciente em uso de anticoagulante tem maior risco de sangramento e, por isso, deve ter alguns cuidados especiais. Mudanças simples nos hábitos de vida podem diminuir esse risco.

#### Sugestões:

- Usar escova de dentes com cerdas macias.
  - Usar fio dental encerado.
  - Barbear-se com barbeador elétrico, em vez de utilizar lâmina.
  - Tomar cuidado ao usar objetos cortantes, como facas e tesouras.
  - Evitar atividades que têm risco de queda ou lesão (por exemplo, esportes de grupo, como futebol).
  - Antes de realizar qualquer procedimento, seja dentário, uma biópsia ou uma cirurgia, conversar previamente com o seu médico.
  - Cair pode aumentar significativamente o risco de hemorragia. As seguintes medidas ajudam a evitar quedas e são recomendadas:
    - Retirar tapetes soltos, fios elétricos ou quaisquer outros itens soltos na casa, que possam levar a tropeços, escorregões e quedas.
    - Certificar-se de que há iluminação adequada em todas as áreas dentro e ao redor da casa, incluindo escadas e entradas.
    - Evitar andar sobre superfícies potencialmente escorregadias, como gelo e chão molhado ou polido.
    - Evitar andar em áreas desconhecidas.
3. Alimentação: alguns alimentos e suplementos podem interferir com a eficácia da warfarina, inativando o efeito do medicamento (reduzindo a RNI e, portanto, aumentando o risco de formação de coágulos sanguíneos). É recomendada ingestão constante de alimentos com alto teor de vitamina K (como folhas verde-escuras, verduras e legumes (de coloração verde-escura), óleos vegetais, chá verde e fígado de frango e de boi). Não é necessário retirá-los da dieta, porém eles devem ser consumidos moderadamente. Antes de fazer grandes mudanças na dieta (por exemplo: iniciar uso de suplemento alimentar ou vitamina, dieta para perder peso), consulte seu médico.

4. **Álcool:** evite ingerir bebida alcoólica diariamente. Seu uso deve ser limitado a uma ou duas doses, ocasionalmente. A ingestão excessiva pode aumentar o risco de acidentes e, portanto, de sangramento.
5. **Interações medicamentosas:** muitos medicamentos e vitaminas interferem com a ação da warfarina, aumentando ou diminuindo seu efeito anticoagulante, o que propicia a ocorrência de sangramentos ou a formação de coágulos, respectivamente. Alguns desses medicamentos são: antibióticos (fluconazol, amoxicilina, metronidazol, levofloxacino, sulfametoxazol/trimetropin); drogas cardiovasculares (amiodarona, propranolol, propafenona); drogas que atuam no sistema nervoso central (antidepressivos, anticonvulsivantes); drogas de efeito gastrointestinal (omeprazol) e anti-inflamatórios (ácido acetil-salicílico, diclofenaco, acetaminofeno, nimesulide, piroxicam), entre outros. Portanto, antes de iniciar o uso de qualquer medicação (incluindo vitaminas, medicações fitoterápicas, fórmulas manipuladas ou qualquer outro produto), consulte primeiro seu médico.
6. Use uma identificação que contenha: seus principais problemas de saúde, o uso do anti-coagulante, o motivo do uso do anticoagulante e o seu nome, telefone e endereço.

---

Assinatura e carimbo do médico responsável

Conteúdo extraído do capítulo 8 – **Anticoagulação** – autoria de José Antonio Esper Curiati e Alexandra Gerner de Albuquerque Felizola – do *Manual de terapêutica não farmacológica em geriatria e gerontologia*, Editora Atheneu, 2014. As orientações aos pacientes estão disponíveis no site [www.gerosaude.com.br/manualdeterapeuticaomedicamentosa](http://www.gerosaude.com.br/manualdeterapeuticaomedicamentosa). Os arquivos podem ser impressos e entregues pelo médico aos seus pacientes.