

APRENDI

na Santa Casa BH



VOCÊ JÁ OUVIU FALAR EM
**ANTICOAGULANTE -
VARFARINA**



O QUE SÃO ANTICOAGULANTES?

Anticoagulantes são medicamentos que evitam que o sangue forme coágulos, ou seja, “pelotas” que podem entupir os vasos sanguíneos e causar doenças graves, como AVC, trombose e embolia no pulmão.

Esse remédio faz o sangue ficar mais “ralo”, o que é bom para evitar esses entupimentos. Mas, por outro lado, aumenta o risco de ter sangramentos, até em pequenos machucados.

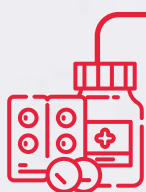
Por isso, quem toma esse tipo de medicamento precisa ter muito cuidado e saber algumas coisas importantes para que o tratamento seja seguro e funcione corretamente.

O QUE É A VARFARINA?

A varfarina é um tipo de medicamento anticoagulante, ou seja, que “deixa o sangue mais ralo”. Ela previne a formação de coágulos ou “pelotas” dentro dos vasos sanguíneos e evita o aumento de tamanho dos coágulos já existentes.

O uso desse remédio precisa ser acompanhado de perto pela sua equipe de saúde. Se utilizado em dose maior que o necessário, podem ocorrer sangramentos graves. Se a dose estiver abaixo do necessário, pode ocorrer o entupimento de vasos sanguíneos e até a morte.

Por isso, a dose de varfarina é diferente para cada pessoa. A sua dose é definida pelo seu médico e pode ser alterada de acordo com alguns fatores que veremos a seguir.



PARA QUE SERVE A VARFARINA E QUEM DEVE USAR?

Nosso corpo tem um jeito natural de “estancar” o sangue quando a gente se machuca e isso se chama coagulação. É como se o sangue criasse uma “tampa” para parar o sangramento. Para isso acontecer, o corpo usa algumas partes especiais do sangue, chamadas fatores de coagulação, e ele precisa da vitamina K para isso funcionar corretamente.

A varfarina é um medicamento que interfere nesse processo. Ela age no fígado, onde são produzidos os fatores de coagulação do sangue, e dificulta a utilização da vitamina K pelo organismo. Com isso, o sangue demora mais para coagular, ou seja, fica mais fino. Isso é bom para quem tem risco de formar coágulos (trombos), que podem entupir as veias e causar doenças sérias, como trombose ou embolia.

Portanto, a varfarina está indicada para quem tem alta chance de desenvolver coágulos nos vasos sanguíneos: pessoas que já tiveram algum tipo de trombose, que tem prótese mecânica/metálica no coração, que tem fibrilação atrial (um tipo de arritmia), entre outros.

O QUE É O RNI/INR E POR QUE ELE É TÃO IMPORTANTE?

O RNI ou INR é um exame de sangue que mostra se o sangue está fino demais ou grosso demais. Ele serve para ajudar os profissionais de saúde a saberem se a dose de varfarina está adequada e segura.



Em pessoas que não usam varfarina, o número do RNI costuma ficar perto de 1.

- Já quem toma varfarina precisa manter o RNI entre 2,0 e 3,5, dependendo do problema de saúde que possui Sempre pergunte ao seu médico qual é a sua faixa de RNI ideal!
- Quando o RNI está abaixo da sua faixa ideal, há risco de trombose.
- Quando o RNI passa de 4, o sangue fica fino demais e o risco de sangramentos aumenta.
- Se o RNI passa de 10, o perigo é ainda maior. A pessoa corre sério risco de sangrar e precisa ir para o médico imediatamente.

Como a varfarina é um remédio muito sensível e que pode ser perigoso se tomado na dose errada, é essencial fazer o exame do RNI com frequência para evitar complicações.

Portanto, o exame de RNI ajuda o médico a ver se o sangue está na medida certa:

- Nem muito grosso (RNI baixo), o que aumenta o risco de trombose;
- Nem muito fino (RNI alto), o que aumenta o risco de sangramento.

Com essa informação, o médico consegue ajustar a dose da varfarina e manter o tratamento seguro e eficaz.

É importante lembrar que mudanças na alimentação, nas condições de saúde e o uso de outros remédios pode influenciar no efeito da varfarina e afetar o RNI.



COMO A ALIMENTAÇÃO INTERFERE NO RNI?

A varfarina pode interagir com alguns alimentos e bebidas, então é preciso ter cuidado:

- Alimentos ricos em vitamina K podem diminuir o efeito da varfarina, reduzir o RNI e aumentar o risco de trombose. Exemplos: folhas verdes escuras, fígado, óleos, açaí, kiwi, abacate, entre outros.
- Você não precisa parar de comer esses alimentos! Você deve consumir a mesma quantidade de vitamina K diariamente, mantendo uma dieta equilibrada. Para isso, estabeleça uma quantidade fixa de folhas verdes que irá consumir todos os dias. Em caso de consumo de outros alimentos ricos em vitamina K, como uma vitamina de abacate, reduza a quantidade de folhas verdes daquele dia.
- Evite o consumo de bebidas alcoólicas, chás e outros remédios naturais pois eles também podem interferir no efeito da varfarina e no valor do RNI.

COMO DEVO USAR OS ANTICOAGULANTES ORAIS (COMPRIMIDOS):

- **Tome com água:** O comprimido deve ser ingerido com um copo cheio de água, sempre no mesmo horário;
- **Não interrompa ao tratamento sem orientação médica:** isso pode aumentar o risco de formação de coágulos sanguíneos e complicações graves. Se você precisar interromper o tratamento por algum motivo, converse com seu médico antes;
- **Em caso de esquecimentos:** Se você se esquecer de tomar a varfarina e se lembrar no mesmo dia, tome a dose correspondente. Se lembrar apenas no outro dia, não tome duas doses! Use apenas a dose referente àquele dia, no horário de costume;



- **Armazenamento:** Guarde o medicamento em um lugar seguro, fresco e ao abrigo de luz;
- **Acompanhe a dosagem e o intervalo de administração:** os anticoagulantes orais devem ser administrados na dose e no intervalo prescrito pelo médico. Não altere a dosagem e nem o intervalo de administração sem orientação médica;
- **Avise seu médico sobre outros medicamentos:** alguns medicamentos, como anti-inflamatórios e antibióticos, podem interagir com os anticoagulantes orais e interferir no seu efeito. Informe seu médico sobre todos os medicamentos que você está usando;
- **Mantenha as consultas de acompanhamento:** isso é importante para avaliar a eficácia do seu tratamento e ajustar a dosagem, se necessário.



CUIDADOS IMPORTANTES PARA QUEM TOMA VARFARINA

Evite atividades que tenham risco de causar ferimentos e sangramentos, como esportes de contato ou atividades que envolvam risco de queda. Em caso de pancadas na cabeça, sempre procure o médico mesmo que não esteja sentindo dor no local.

Fique atento aos sinais de sangramento: Se você notar qualquer um desses sinais, procure um médico com urgência e informe que está em uso de um anticoagulante:

- Sangramento prolongado na gengiva;
- Sangue na urina (xixi vermelho);
- Fezes muito escuras ou com sangue;
- Nariz sangrando com frequência;
- Tosse ou Vômito com sangue;
- Manchas roxas grandes na pele sem motivo aparente;
- Visão embaçada ou turva ;
- Dor de cabeça muito forte ou diferente do normal.



LEMBRE-SE: SE VOCÊ MUDAR A ALIMENTAÇÃO OU COMEÇAR A TOMAR OUTROS REMÉDIOS, SEU EXAME DE RNI PODE SOFRER VARIAÇÕES E SAIR DA FAIXA IDEAL. SEMPRE INFORME SEU MÉDICO SOBRE ESSAS MUDANÇAS!

SE FOR NECESSÁRIO, O MÉDICO IRÁ AJUSTAR A DOSE DA VARFARINA PARA DEIXAR O RNI NA FAIXA ADEQUADA.

**FIQUE ATENTO! EM CASO DE DÚVIDAS,
PROCURE O MÉDICO OU O FARMACÊUTICO.**



**AGORA VAMOS PRATICAR?
ENCONTRE AS PALAVRAS RELACIONADAS.**

C	O	Á	G	U	L	O	P	O	Ç	A	V
C	B	E	N	D	I	F	E	B	R	E	I
A	L	W	M	G	S	V	Q	U	I	T	T
V	A	R	F	A	R	I	N	A	A	O	A
S	A	N	G	R	A	M	E	N	T	O	M
A	A	I	N	S	S	L	X	N	A	T	I
Ç	M	C	S	K	R	E	G	E	M	U	N
O	B	L	E	U	V	I	X	Q	D	R	A
E	X	A	G	E	R	R	D	E	S	A	L
M	E	D	I	C	A	M	E	N	T	O	S

**PALAVRAS QUE DEVEM SER
ENCONTRADAS NO CAÇA-PALAVRA:**

- Varfarina;
- Coágulo;
- Sangramentos;
- Vitamina;
- Medicamentos.



APRENDI

na **Santa Casa BH**



Santa Casa BH

SAÚDE DE PONTA PARA TODOS

SAC SANTA CASA BH HOSPITAL DE ALTA COMPLEXIDADE 100% SUS

✉ **EMAIL:** contatosac@santacasabh.org.br

☎ **TELEFONE:** (31) 3169.3600

📍 **ATENDIMENTO PRESENCIAL:** Rua Francisco Sales, 1111, Santa Efigênia, Belo Horizonte - MG, CEP 30150-221. O atendimento ocorre no 1º andar, no corredor do Salão Nobre, na segunda porta à direita.

Estamos abertos de segunda a quinta-feira, das 8h às 18h, e às sextas-feiras, das 8h às 17h.