

Assistência farmacêutica domiciliar



Medicamentos
anticoagulantes

01 Proteja seu coração e a sua saúde 01

02 Administração de medicamento 02

03 Orientação de preparo 04

04 Recomendações gerais 01

05 Medicamentos recomendados 02

06 Medicamentos não recomendados 04

01

Proteja seu coração e a sua saúde

Os anticoagulantes são medicamentos fundamentais na prevenção de complicações graves de saúde, como derrames, infartos e trombozes. Eles atuam impedindo a formação de coágulos no sangue, que podem bloquear vasos sanguíneos e causar danos ao coração, cérebro e outras partes do corpo.

Embora sejam altamente eficazes, o uso seguro dos anticoagulantes exige cuidados específicos. É essencial seguir o tratamento corretamente, realizar exames periódicos e manter uma alimentação equilibrada.

Esta cartilha foi criada para orientá-lo(a) sobre o uso correto desses medicamentos, ajudando a garantir sua segurança, bem-estar e qualidade de vida.

02

Para que servem?

Os anticoagulantes têm diversas aplicações importantes, tais como:

- Prevenir a formação de coágulos sanguíneos;
- Tratar a trombose, que ocorre quando um coágulo obstrui uma veia;
- Reduzir o risco de AVC (acidente vascular cerebral), causado pela obstrução do fluxo de sangue no cérebro;
- Proteger o coração, favorecendo uma boa circulação sanguínea.

Tipos mais comuns de anticoagulantes:

Existem diferentes tipos de anticoagulantes, e a escolha do medicamento depende das necessidades e condições de cada paciente:

- **Varfarina (Marevan):** É um dos anticoagulantes mais tradicionais. Requer

exames de sangue frequentes para ajustar a dose. A alimentação deve ser monitorada, pois certos alimentos interferem em sua eficácia.

- **Anticoagulantes mais recentes (Rivaroxabana, Apixabana, Dabigatrana):** Não necessitam de exames frequentes e são mais práticos de usar. No entanto, não são indicados para todos os pacientes. A escolha depende da avaliação médica.
- **Heparina:** Geralmente administrada por injeção, é usada em ambientes hospitalares ou em situações específicas.

03

Atenção à alimentação

A alimentação pode interferir no efeito dos anticoagulantes, especialmente da varfarina. Alimentos ricos em vitamina K podem reduzir a eficácia do medicamento, dificultando o controle do tratamento.

Alimentos ricos em vitamina K: fique atento ao consumo!

Estes alimentos não precisam ser eliminados, mas é importante manter um consumo regular e equilibrado, sem grandes variações:

Vegetais verdes escuros:

Couve

Espinafre

Brócolis

Alface (especialmente a romana)

Rúcula

Agrião

Mostarda (folhas)

Nabiça

Repolho verde

Escarola

Outros alimentos com vitamina K:

Chás de ervas (como chá-verde)

Aspargos

Abacate

Pepino com casca

Kiwi

Uvas

Óleo de soja e óleo de canola

Fígado bovino ou de frango

Dicas importantes:

Evite mudanças bruscas na sua dieta, principalmente no consumo dos alimentos citados acima.

Mantenha um padrão alimentar estável — comer a mesma quantidade por semana ajuda no controle da medicação.

Sempre informe ao seu médico ou nutricionista sobre sua dieta e qualquer mudança de hábito alimentar.

Lembre-se: o problema não é o alimento em si, mas a variação na ingestão sem orientação.

04

Cuidados essenciais para quem faz uso de anticoagulantes

- Tome o medicamento todos os dias, no mesmo horário. Não interrompa o tratamento sem orientação médica;
- Caso esqueça uma dose, não tome dose dupla no dia seguinte. Siga com a próxima dose normalmente no horário habitual;
- Siga a dieta conforme indicado por profissionais de saúde. Alterações podem comprometer o efeito do medicamento;
- Informe ao médico ou farmacêutico qualquer mudança na medicação, incluindo o uso de remédios novos, interrupções ou alterações de dose;
- Evite bebidas alcoólicas, pois o álcool interfere na ação do anticoagulante;
- Cuidado com suplementos, produtos naturais e multivitamínicos que contenham vitamina K;
- Realize os exames solicitados pelo médico para monitorar a ação do anticoagulante no organismo;

05

Medicamentos recomendados

- Esteja atento(a) a sinais de sangramento, como:
 - Sangue no nariz, na boca, na urina ou nas fezes;
 - Aumento do fluxo menstrual;
 - Manchas roxas ou hematomas sem causa aparente;
- Proteja-se de quedas e traumas que possam causar sangramentos;
- Procure assistência médica imediata se apresentar sintomas como: tontura, fraqueza, dor no peito, falta de ar ou inchaço nas pernas.

Lembre-se: O uso correto dos anticoagulantes pode salvar vidas. Siga as orientações da sua equipe de saúde e mantenha uma rotina de cuidados para garantir a sua segurança.



Em caso de dúvidas,
procure a equipe de
Assistência Domiciliar
da Unimed Vitória.

-  Farmácia Hospital Unimed: 3335-5007
-  Unimed Oncologia: 3134-6900
-  Assistência Domiciliar –
Unimed Vitória: 3335-5015
-  Viver Bem Unimed Vitória: 3134-7520
-  unimed.coop.br/site/web/vitoria