

ESTRATEGIAS para promover el AUTOCUIDADO en personas con tratamiento ANTICOAGULANTE

Autora: Iratxe Olaguenaga Gómez ¹

Tutora: Maddi Olano Lizarraga ²

¹ Alumna de 4º Enfermería, Facultad de Enfermería, Universidad de Navarra (iolaguenaga@alumni.unav.es)
² Departamento de Enfermería de la Persona Adulta, Facultad de Enfermería, Universidad de Navarra

INTRODUCCIÓN

Los anticoagulantes orales antagonistas de la vitamina K son fundamentales en la prevención y tratamiento de enfermedades tromboembólicas como la fibrilación auricular, el reemplazo valvular cardíaco y la enfermedad tromboembólica venosa. (1)

1 millón de personas reciben tratamiento anticoagulante a diario (2)

50% de los pacientes **NO** está en rango terapéutico (3)

Aumenta el riesgo
Ictus
Embolias
Hemorragias
Hospitalizaciones (3)

Más del 70% del seguimiento de estos pacientes se realiza desde **Atención Primaria** (4)



El personal de enfermería desempeña un papel clave en el control del tratamiento, la educación sanitaria y la promoción del autocuidado. (1)

OBJETIVO

Identificar diferentes estrategias para promover el autocuidado en pacientes en tratamiento con anticoagulantes orales **antagonistas de la vitamina K**

METODOLOGÍA

Revisión narrativa de la literatura

Bases de datos

PubMed (15)
CINAHL (16)
Available via EBSCOhost

octubre - noviembre 2024

Estrategia de búsqueda

Diagrama de flujo

AND
(Mesh terms) "vitamin K antagonist" self-care
OR (Mesh terms)

Criterios de elegibilidad

INCLUSIÓN

- Últimos 10 años
- Español e inglés
- Artículos originales
- Revisiones de la literatura
- Estrategias para el autocuidado en pacientes en tratamiento con anticoagulantes orales antagonistas de la vitamina K

EXCLUSIÓN

- Paciente pediátrico
- Anticoagulantes orales de acción directa
- Experiencias o percepciones de los pacientes
- Eficacia de las enfermeras en el manejo de anticoagulantes orales
- Análisis de costo-beneficio
- Literatura gris y resumen de congreso

PubMed: 209
CINAHL: 114
Total: 323

Estudios duplicados eliminados: 64

Estudios revisados por título y abstract: 259

Estudios excluidos: 226

Estudios revisados a texto completo: 33

Estudios excluidos por criterios de elegibilidad: 23

Estudios incluidos en la revisión

TOTAL: 10



RESULTADOS

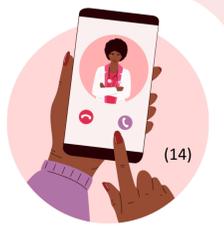
INTERVENCIONES CON HERRAMIENTAS DIGITALES

Portales web (SintromacWeb, MyChart) (5,6)

Apps (Warfarin Guide) (7)

Permiten a los pacientes consultar y reportar sus valores de INR, comunicarse con los proveedores de salud para realizar un seguimiento y ajustar la medicación. (5,6,8)

- ✓ mejoran valores TRT (5,6)
- ✓ mejoran niveles de conocimiento (9)
- ✓ efecto positivo en la continuidad de la atención médica (9)



ESTRATEGIAS CENTRADAS EN EL CONTROL DEL INR

PST

(**autocontrol**) (10)

el paciente mide su INR y lo comunica al profesional de salud



PSM

(**autogestión**) (10)

el paciente ajusta su dosis de medicación de forma autónoma

reduce eventos tromboembólicos y mejora el TRT (10)



✓ más efectivas que el cuidado habitual para mantener el **INR** en rango terapéutico (10,11)

INTERVENCIONES EDUCATIVAS Y DE APOYO AL USUARIO

Sesiones grupales (12)

- Medición INR + rangos terapéuticos
- Uso de coagulómetros
- Síntomas de alarma ante complicaciones
- Hábitos de vida saludables
- Casos prácticos

- ✓ mejoran valores TRT (12)
- ✓ mayor adherencia al tratamiento (13)

Kit educativo (13)

- Cuaderno personal de salud
- Gráfico de seguimiento de INR
- Vídeo recordatorio

- ✓ riesgo relativo de
 - eventos tromboembólicos
 - hemorragias (13)

Seguimiento de enfermería (13)

- Entrevista motivacional



CONCLUSIONES

- 1 La **autogestión** es segura y eficaz a largo plazo si va acompañada de formación adaptada a las necesidades de cada paciente.
- 2 La **tecnología** facilita el seguimiento remoto y reduce el número de consultas presenciales.
- 3 Es esencial proporcionar **formación** continua a las enfermeras de atención primaria en diversas estrategias (talleres prácticos, sistemas de telemedicina...)
- 4 Es necesario desarrollar **protocolos clínicos estandarizados**, estrategias de **implementación** y modelos de **financiación** que garanticen el acceso equitativo al autocuidado.



Universidad de Navarra

FACULTAD DE ENFERMERÍA

BIBLIOGRAFÍA

