

Trombosis, una enfermedad común y peligrosa

Si bien no hay síntomas muy claros y evidentes de esta enfermedad, algunos como la fatiga o un ligero dolor torácico son indicadores de riesgo

La trombosis es la formación de coágulos de sangre potencialmente mortales en las arterias (trombosis arterial) o en las venas (trombosis venosa). El problema está en que, una vez que se ha formado el coágulo, este puede ralentizar o bloquear el torrente sanguíneo normal o desprenderse y trasladarse a un órgano. La trombosis no entiende de edad, sexo o etnia; puede afectar a cualquier persona y la gravedad de la dolencia depende de la importancia del vaso obstruido.

A nivel mundial, una de cada cuatro personas muere a causa de afecciones provocadas por la trombosis, según datos publicados por la Sociedad Internacional de Trombosis y Hemostasia (ISTH) con motivo de la celebración del Día Mundial de la Trombosis el pasado 13 de octubre.

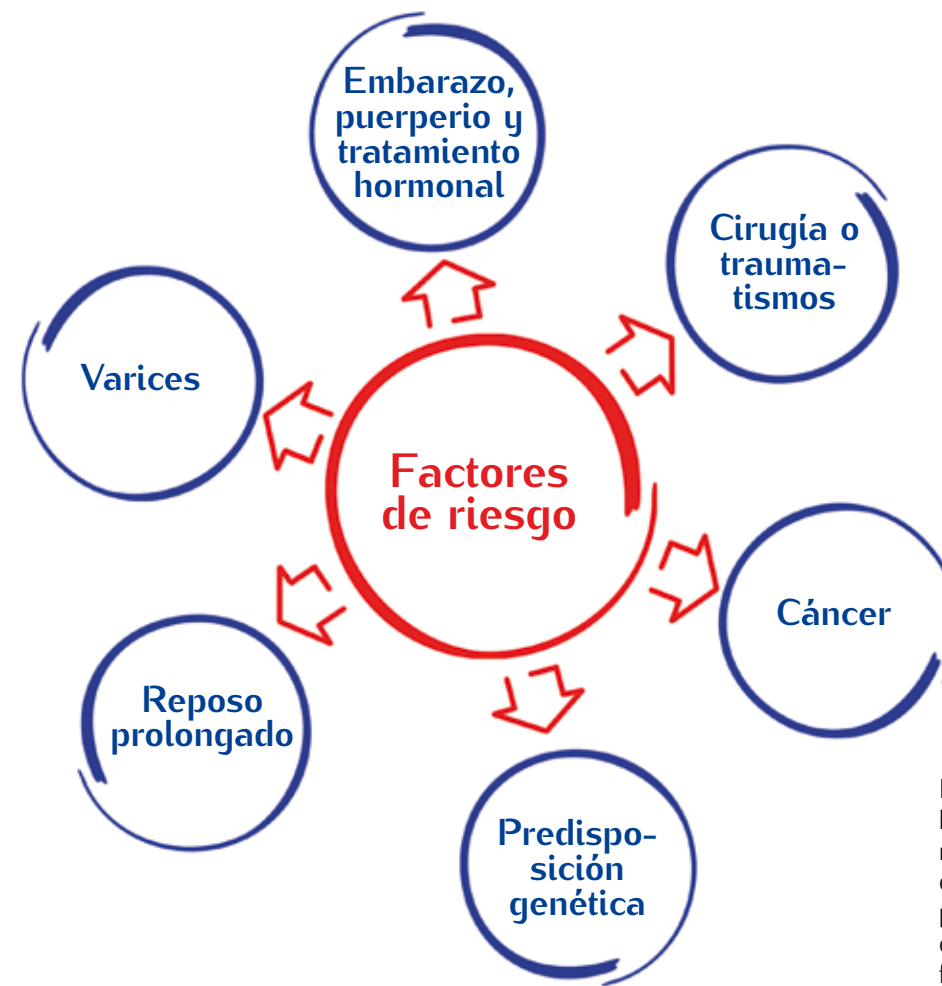
Según los expertos, esta formación de coágulos de sangre potencialmente mortales en las arterias o en las venas es una afección "a menudo evitable" y la patología subyacente de un infarto de miocardio, ictus tromboembólico y tromboembolia venosa (ETV), las tres principales enfermedades cardiovasculares causantes de muerte. El objetivo para el año 2025 de los responsables de este Día Mundial es reducir en un 25% la mortalidad prematura por enfermedad no contagiosa, un reto ya planteado por la Asamblea Mundial de la Salud.

En España, se estima que la incidencia de enfermedad tromboembólica (trombosis en las piernas y brazos más embolia pulmonar) es de 1 caso por cada 1.000 habitantes menores de 60 años y de 3 a 5 casos por cada 1.000 habitantes mayores de esta edad.

Una de las particularidades de esta enfermedad es que afecta a más personas de las que se pueda pensar y que, para diagnosticarla, es muy importante fijarse en señales como fatiga, nervios, ligero dolor torácico, sudor, dificultad para respirar o dolor de cabeza; aunque no hay síntomas muy claros de la trombosis.

Factores de riesgo

La trombosis es la oclusión de un vaso sanguíneo por un trombo y puede suceder en venas, como las de las piernas, o en arterias mayores como las cerebrales o las coronarias. Si bien en muchos de los casos no se conocen los motivos, existen ciertos factores de riesgo que pueden desencadenarla:



1. Varices.
2. Embarazo, puerperio y tratamiento hormonal con estrógenos.
3. Cirugía o traumatismos. En la cirugía ortopédica los factores de riesgo que influyen son la obesidad, el sedentarismo y la inmovilización en la cama. El primer síntoma es que las piernas se hinchan y duelen.
4. Cáncer.
5. Reposo prolongado de cuatro días o más; inactividad (viajes largos en coche o en avión); e inmovilización con férula o yeso. Mantener las piernas dobladas, estar sentados y sin caminar hace que la sangre se quede estancada.
6. Predisposición genética.

Prevención

En una de cada dos personas con ETV, la trombosis aparece después de una cirugía o después de una inmovilización. Para los expertos, la mejor medida

de prevención en estos casos es que la persona empiece a caminar lo antes posible. Sin embargo, cuando esto no es suficiente, los médicos prescriben anticoagulantes. A las personas operadas de cirugía ortopédica se les administra heparina para prevenir los coágulos en las piernas, unas horas antes o después de la operación. Este tratamiento se mantiene con una inyección diaria hasta que dure el riesgo (unas 4-5 semanas tras una cirugía de prótesis de cadera o rodilla, una fractura de cadera o tras intervenciones de tumores malignos del aparato digestivo o genitourinario).

En el caso de que no sea posible usar fármacos para interferir con la coagulación, debido a enfermedades varias u otros factores de riesgo como sufrir una hemorragia, se opta por otros recursos como el uso de medias elásticas u otros objetos similares destinados a "comprimir las pantorrillas y acelerar el flujo sanguíneo venoso". También pueden combinarse los dos métodos, es decir, la administración de anticoagulantes y de

métodos físicos. De todas formas, las claves para prevenir la trombosis son evitar el sedentarismo y la obesidad.

Tratamiento

El principal tratamiento de la trombosis es el anticoagulante durante al menos tres meses. Lo más probable es que el trombo no se acabe de eliminar por completo, sino que se va reduciendo poco a poco y la vena donde se ha formado o la arteria pulmonar donde se ha localizado acabarán por recuperar, en buena parte, su flujo habitual. Los medicamentos anticoagulantes hacen la sangre más líquida, lo que permite que los trombos no crezcan, sino que se endurecen, se vuelven más pequeños y acaban convirtiéndose en pequeñas cicatrices.

La otra cara de los anticoagulantes es que pueden provocar hemorragias. La gran dificultad es lograr un equilibrio entre controlar el trombo y conseguir que se rompa y evitar que haya hemorragias. Los médicos aconsejan a los pacientes que reciben anticoagulantes que no realicen cierto tipo de deportes, como rugby, fútbol o esquí; porque un golpe, por pequeño que sea, puede producir un hematoma que podría convertirse en una hemorragia grave. Es importante también prevenir cortes.

La administración de anticoagulantes en el hospital se hace mediante inyecciones de heparina. En casa, las inyecciones se sustituyen por pastillas.