



# La TVP y los Viajes en Avión

## ¿Qué es la Trombosis Venosa

### Profunda?

La **trombosis venosa profunda (TVP)** se produce cuando se forma un coágulo de sangre en una vena grande. Suelen formarse en las piernas o en la zona pélvica. A veces, estos coágulos pueden desprenderse y atascarse en las arterias de los pulmones.

Esto provoca una enfermedad grave conocida como **embolia pulmonar (EP)**. La EP es una enfermedad potencialmente mortal y requiere atención médica inmediata.

### Factores de Riesgo para la TVP

- Una cirugía importante reciente.
- El cáncer y su tratamiento.
- Problemas del corazón.
- Problemas de los pulmones.
- Traumatismos graves o heridas en la pierna.
- TVP o EP previa.

- Hospitalización con una enfermedad grave.
- Inmovilidad reciente, como al reposar en cama.
- Embarazo.
- Uso de pastillas anticonceptivas o terapia hormonal sustitutiva.
- Antecedentes familiares de TVP o EP.
- Obesidad.

*Aunque no es frecuente, los vuelos prolongados en avión pueden aumentar ligeramente el riesgo de TVP.*

### ¿Cuál es la relación entre la TVP y los vuelos?

Varios informes han relacionado los coágulos de sangre con los viajes en avión, especialmente los vuelos largos. Sin embargo, el riesgo global es muy bajo. Las personas que ya tienen factores de riesgo de sufrir coágulos de sangre son las más expuestas.

Las condiciones que aumentan el riesgo de TVP al volar incluyen:

- Estar sentado durante mucho tiempo.
- Deshidratación, provocando un "espesamiento de la sangre".
- Aumento de la coagulación debido a la disminución de los niveles de oxígeno en la cabina.

### Medidas de Prevención

Para la mayoría de las personas, el riesgo de coágulos parece ser bajo. Las medidas razonables para prevenir la TVP durante los vuelos largos incluyen:

- Tomar muchas bebidas no alcohólicas para mantenerse hidratado
- Estirar y flexionar los músculos de la pierna.
- Mover los pies.
- Caminar por los pasillos.
- Uso de medias de compresión para disminuir la hinchazón de las piernas y mejorar el flujo sanguíneo.

*Si tiene antecedentes de TVP o un alto riesgo de formación de coágulos, hable con su médico antes de viajar en avión. Su médico puede recomendarle que tome un anticoagulante antes del viaje.*

Para más información, consulte estos folletos relacionados:

- Enfoque en los Coágulos de Sangre.
- Enfoque en la Terapia de Compresión.
- Entendiendo la Trombosis Venosa Profunda.

## DATOS RÁPIDOS



La TVP afecta a más personas al año que el infarto al corazón o ataque cerebral.



Cada año, hasta 900.000 estadounidenses se ven afectados por la TVP, y hasta 100.000 mueren de TVP/EP.

# 50%

Aproximadamente la mitad de las personas con TVP no presentan ningún síntoma.



La TVP afecta a todos los géneros, grupos étnicos y niveles sociales.

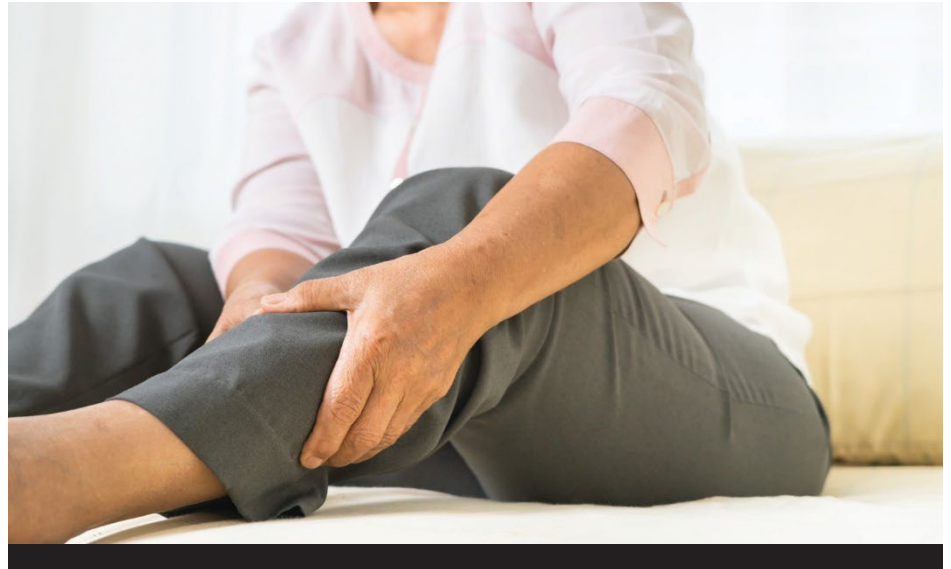
# 40+

Aunque la TVP puede ocurrir a cualquier edad, se observa con mayor frecuencia en adultos mayores.

## Signos y Síntomas de la TVP

*Si tiene alguno de estos síntomas en las piernas o en la zona pélvica, póngase en contacto con su médico inmediatamente:*

- Hinchazón repentina.
- Dolor o sensibilidad.
- Calentura en la piel al tocarla.
- Venas voluminosas justo debajo de la piel.
- Cambio de color (azul, rojo o muy pálido).



## Preguntas para su médico

Es importante que trabaje junto con su médico en relación a su diagnóstico y tratamiento. Puede llevar este formulario consigo para ayudarle a hablar con su médico de preguntase inquietudes que pudiese tener.

