

Trombosis venosa profunda - tromboembolismo pulmonar

Si se forma un coágulo sanguíneo en una vena profunda, puede interrumpir la circulación y producir la inflamación de la zona, y se denomina **trombosis venosa profunda (TVP)**, o bien, si el coágulo se rompe y una parte llega a otros órganos, puede detener la circulación en ellos. Si llega al pulmón, se llama **tromboembolismo pulmonar (TEP)**.

Causas

Los trombos se forman con mayor frecuencia si se ha estado inmobilizado (reposo prolongado, cirugía...). Otros factores ayudan: edad, sobrepeso, tabaco, anticonceptivos, embarazo y parto, cáncer, colesterol elevado, diabetes y enfermedades sanguíneas y del corazón (fibrilación, cardiopatías congénitas, insuficiencia cardíaca) y algunas enfermedades hereditarias.

Trombosis venosa profunda

La TVP consiste en la formación de un coágulo de sangre en una vena profunda de la pierna o de la pelvis inferior. Con menos frecuencia puede afectar otras venas profundas, como las de los brazos.

¿Qué molestias puede causar?

- Hinchazón o inflamación de la pierna afectada.
- Dolor o sensibilidad en la pierna, que a menudo comienza en la pantorrilla.
- Aumento de la temperatura de la pierna.
- Cambios en el color de la piel (enrojecida o azulada, y brillante).

¿Cómo se diagnostica?

Por las molestias que produce. El médico o la médica valorarán la exploración de la pierna y, si es necesario, pedirán un análisis de sangre (estudio del dímero D) y una ecografía vascular.

Tromboembolismo pulmonar (TEP)

Si el trombo viaja por las venas en dirección al corazón y llega a los pulmones, puede obstruir una o más arterias pulmonares e impedir el paso de la sangre: es el TEP.

¿Qué molestias puede causar?

Una sensación de falta de aire (a menudo de inicio brusco y que empeora al tumbarse), aumento de

la frecuencia respiratoria o cardíaca, dolor agudo en el tórax y tos seca. En algún caso infrecuente pueden aparecer expectoración de sangre, mareo o síncope.

¿Cómo se diagnostica?

Si la médica o el médico sospechan un TEP, la confirmarán mediante pruebas, como una tomografía computarizada (TAC) torácica, una gammagrafía pulmonar o una ecografía pulmonar. También se puede hacer una analítica para la valoración del dímero D.

¿Cuál es el tratamiento?

El objetivo principal del tratamiento es **disolver el trombo** y restablecer la circulación de la sangre para evitar más complicaciones. Se utilizan anticoagulantes que ayudan a deshacer el coágulo formado y a evitar que se formen otros nuevos. En algunos casos se requiere **cirugía** para reparar las alteraciones producida o para prevenir la formación de nuevos trombos.

Se recomienda evitar los factores desencadenantes, como la inmovilidad, prevenir de varices y hacer **ejercicio suave** para fortalecer la musculatura de las piernas, y aumentar de intensidad cuando ya se haya disuelto el trombo. Para el TEP, también se recomienda la **rehabilitación respiratoria** para mejorar la eficiencia pulmonar.

Prevención

La mejor prevención es una **dieta saludable, ejercicio y no fumar, evitar la inmovilidad** y hacer el seguimiento de las enfermedades que pueden provocar trombos.

Una de las recomendaciones más económicas y efectivas, y que ayuda a prevenir posibles episodios de trombosis o embolia es **caminar**, ya que la movilización evita la formación de trombos.

