

Avac nuestra revista

Asociación Valenciana de Pacientes
Anticoagulados y Portadores
de Válvulas Cardíacas

Asociación Valenciana
de Pacientes
Anticoagulados
y Portadores de
Válvulas Cardíacas

REVISTA
NÚMERO

4

2019

30
ANIVERSARIO

Saluda

Asociación Valenciana de Pacientes Anticoagulados
y portadores de Válvulas Cardíacas

Sumario

- 01 Saluda.
- 02 AVAC renueva su junta directiva.
- 03 AVAC cumple 30 años y yo he podido verlo.
- 05 Autogestión del Tratamiento Anticoagulante Oral (Aldocumar® y Sintrom®).
- 07 El Autocontrol del tratamiento anticoagulante oral
- 09 Día Nacional del Paciente Anticoagulado 2018: ¿Estoy anticoagulado sabes de lo que hablo?
- 11 Actualidad AVAC.
- 12 Jornada Educativa de Autogestión del TAO para pacientes anticoagulados.
- 13 Servicios ofrecidos por Avac
- 17 AVAC en la Red.

Apreciados asociados y amigos de esta vuestra Asociación. Continuando los Proyectos que durante los últimos treinta años ha ido realizando AVAC, la nueva Directiva se comprometió a hacer, como preferencia ante todo, la voz del Paciente Anticoagulado y portadores de Válvulas Cardíacas. Con ello pretendemos mejorar la calidad de vida, tanto del paciente como de la familia. Para ello, disponemos de Trabajadora Social, Fisioterapeuta y los voluntarios asociados, que son pacientes como vosotros.

En este nuevo ejercicio, las metas son muchas, no todas se realizarán a la vez, pero empezaremos el camino para lograr que en su día nuestra voz sea escuchada; mejorando el control y la medición del INR (mal llamado "el sintrom") así como el seguimiento de los pacientes con prótesis valvulares.

Todo esto no podremos hacerlo sin vuestra colaboración como asociados, Atención Especializada, Atención Primaria, Enfermería, colaboración de las Empresas Farmacéuticas productoras de fármacos anticoagulantes y de nuestra Consellería de Sanidad.

Esperando la ayuda y el apoyo de todos vosotros: asociados y colaboradores y confiando poder llevar a cabo los proyectos que hemos iniciado para el bienestar de los Pacientes.

Atentamente.



D. José E. Martínez Zamorano,
Presidente de AVAC.

"Avac, nuestra revista"

Presidente

D. José E. Martínez Zamorano

Vicepresidenta

Dña. M^a Ángeles Fernández Fernández

Vicepresidente 2

D. Luciano Arochena Candame

Secretario

D. Alejandro Requena Fuente

Tesorero

(En funciones)

D. Alejandro Requena Fuente

Vocales

D. Miguel Romero Huguet

Dña. Nereida Tarazón Alcocer

Dña. M^a José Ramón Rodríguez

Publicación editada por:

Asociación Valenciana de Pacientes
Anticoagulados y Portadores de Válvulas
Cardíacas.

Pasaje Ventura Feliu, 13. Esc. dcha. Entlo. dcho.

46007 Valencia

Teléfono: 963 525 577

avac@anticoagulados.org

www.anticoagulados.org

Depósito Legal

V-3431-2003

Todos los artículos se publican bajo la responsabilidad de sus autores. "Avac, nuestra revista" no comparte necesariamente las opiniones y comentarios vertidos en los mismos.

AVAC RENUEVA SU JUNTA DIRECTIVA



El día 27 de marzo de 2019, AVAC celebró en su sede una Asamblea General Ordinaria. Ésta fue presidida por D. Luciano Arochena Candame. D. Ricardo Barat Pérez ejerció las funciones de secretario.

El orden del día fue el siguiente:

1. Lectura y aprobación del acta anterior.
2. Dación de cuentas.
3. Informe y memoria de presidencia. Finalizada esta asamblea, se llevó a cabo la Asamblea General Extraordinaria, convocada con la única finalidad de renovar la Junta Directiva al completo. El hasta ahora presidente, D. Luciano Arochena, presentó su dimisión por motivos de salud y, pidió colaboración entre los presentes para constituir una nueva Junta Directiva y dar continuidad a la asociación.

Así pues, se disolvió la Junta formada por:

- Presidente: D. Luciano Arochena Candame.
- Vicepresidenta: Dña. Camila Romero Matamoros.
- Secretaria: D. Josefina Pérez Casañ.

- Tesorero: D. Ricardo Barat Pérez.
- Vocal 1: Dña. Isabel Guillot Ibáñez.
- Vocal 2: Dña. Ángela Martín Rodríguez.

Los componentes de la nueva Junta que se formó son:

- **Presidente:**
D. José E. Martínez Zamorano.
- **Vicepresidenta 1:**
Dña. M^a Ángeles Fernández Fernández.
- **Vicepresidente 2:**
D. Luciano Arochena Candame.
- **Secretario:**
D. Alejandro Requena Fuente.
- **Tesorero: D.**
D. Ricardo Barat Pérez.
- **Vocal 1:**
D. Miguel Romero Huguet.
- **Vocal 2:**
Dña. Nereida Tarazón Alcocer.
- **Vocal 3:**
Dña. M^a José Ramón Rodríguez.

Lamentablemente, a día de hoy, **D. Ricardo Barat Pérez** no forma parte de la Junta Directiva ya que presentó su dimisión por causas ajenas a la asociación. Desempeña provisionalmente las funciones de tesorería el Secretario de la Asociación, D. Alejandro Requena Fuente.

Tanto para los miembros de la Junta Directiva saliente como para los de la entrante, solamente tenemos palabras de agradecimiento por su esfuerzo y dedicación y por contribuir a hacer de AVAC la asociación que es hoy en día. Desde aquí, brindamos la oportunidad de colaborar con nosotros a todos aquellos socios o personas voluntarias que estén interesadas en nuestro proyecto de educar en la salud a los pacientes anticoagulados.

AVAC CUMPLE 30 AÑOS Y YO HE PODIDO VERLO

Artículo realizado por:
Camila Romero Matamoros

Para mí hablar de AVAC no es difícil, pero tampoco me resulta fácil porque es hablar de mi vida.

Cuando era joven, con esa edad en que te crees inmortal, en que no piensas en enfermedades, ni en enfermos, no sabes nada de hospitales..., me fue detectada una cardiopatía.

Trabajaba en una fábrica de cerámica muy conocida, en Valencia. Acababa de encontrar el amor de mi vida y, a los 19 años sufro la primera intervención "a corazón abierto" para reparar las válvulas afectadas, tras lo cual comienzo también a tomar medicamentos. Una cicatriz recorre mi tórax de arriba abajo y ya sé que más adelante tendré que ser intervenida de nuevo.

El momento elegido por los médicos para la nueva intervención, esta vez substituyendo las válvulas enfermas por otras mecánicas, coincide con la muerte de mi hermana Marcelina, que sufría el mismo tipo de cardiopatía y tenía entonces 36 años. Como podéis imaginar, no me encontraba con fuerzas para ir de nuevo a quirófano, ni tampoco mi familia, pues estábamos pasando el duelo de mi querida hermana.

Tenía apenas 30 años cuando me intervinieron por segunda vez. Me sustituyeron

las válvulas mitral y aórtica por otras mecánicas y me anticoagularon con Sintrom®, de por vida. A partir de aquí comenzaron los cambios en mi vida: tuve de acostumbrarme al tic, tac,... de las válvulas mecánicas, dejé mi trabajo, renuncié a la maternidad, decisión ésta la más importante que tuve de tomar por miedo a que mi hijo o hija tuviera que criarse sin mí, caso de pasarme algo.

El tratamiento anticoagulante me obligaba a acudir al Hospital La Fe, a la Unidad de Terapéutica Anticoagulante, para hacerme el control de la coagulación y verificar si estaba bien anticoagulada. En mi primera visita, como luego sería lo habitual, me recibió una enfermera (Delfi), muy agradable, quien me comentó que se estaba formando una asociación. Tras el análisis de sangre, me atendió la Dra Fernández para hacerme la ficha médica y ajustar la dosis del anticoagulante. Además de la cita para el próximo control, también salí con otra cita, ésta para una reunión en la cual coincidí con un numeroso grupo de personas de diferentes edades y de ambos sexos: todos queríamos hacer todo lo posible para mejorar nuestra calidad de vida, conocer lo que significaba nuestra nueva situación de anticoagulados y con prótesis valvulares y aprender a ser más libres e independientes del hospital. La Asociación,



que decidimos se llamara Asociación de Pacientes Anticoagulados y Portadores de Válvulas Cardíacas y que conocemos usando únicamente su acrónimo AVAC, hizo su presentación oficial en el Salón de Actos del Hospital Universitario La Fe el día 2 de diciembre de 1988: la ponencia inaugural corrió a cargo del Dr Caffarena, cirujano Cardiovascular, a quien todos los anticoagulados conocíamos.

Los comienzos de AVAC no fueron fáciles. Al principio fue Cruz Roja la que nos prestaba su sede social, luego ya pudimos ir pagando un pequeño alquiler: Gran Vía Fernando el Católico, Dr Gil i Morte, Pasaje Ventura Feliu... Poco a poco nos fuimos arreglando, poniendo de nuestra parte todo nuestro trabajo, a veces más de lo que podíamos, siempre al servicio de las personas anticoaguladas. Teníamos mucha ilusión, entusiasmo, la colaboración de la Dra Fernández y muchas cosas que hacer: aprendiendo y transmitiendo lo que íbamos aprendiendo.

En 1993 organizamos en Valencia, en los salones del Colegio Oficial de Médicos, el Primer Simposium Internacional de Pacientes Anticoagulados, con representantes italianos, holandeses, franceses, etc, coincidiendo en el tiempo con especialistas médicos y personal de enfermería, todos relacionados directamente con los pacientes anticoagulados. Estas reuniones posteriormente tendrían su continuidad en esos otros países de Europa.

AVAC fue la impulsora del movimiento asociativo de pacientes anticoagulados en nuestro país. En 1997 reunimos en una

Jornada de Trabajo a las asociaciones existentes en ese momento: Bilbao (AVET), Cádiz (AGAC), Madrid (AEPOVAC) y Valencia (AVAC). La reunión se realizó en el Palau de la Música y en ella se acordó, por unanimidad, constituir la Federación Española de Pacientes Anticoagulados (FEASAN), lo que significó más trabajo, pero también la oportunidad de conocer lo que se hacía en otras Comunidades Autónomas.

Con 54 años me intervienen una tercera vez para recambiar la válvula aórtica, que estaba fallando. Meses más tarde han de volver a operarme porque la válvula recién colocada tiene una "fuga", pero esta operación tuvo poco éxito. La consecuencia de todo ello es que ahora mi salud es más delicada y necesito tiempo para cuidarme, por lo que me he visto obligada a dejar todas las actividades que desempeñaba en AVAC, incluido el cargo de Vicepresidente.

Han sido 30 años de trabajo intenso y personalmente me siento muy satisfecha de todo lo que se ha hecho en AVAC. No os voy a enumerar las actividades realizadas en el seno de AVAC y de FEASAN. No me quejo de lo que he hecho, sino todo lo contrario, y doy las gracias a AVAC por haberme hecho crecer como persona a lo largo de estos años. Son muchas las personas que he conocido en todo este tiempo: compartir sus alegrías, recibir a nuevos socios, verlos llegar a abuelos..., es la vida misma. Y mi vida es la historia misma de AVAC.



AUTOGESTIÓN DEL TRATAMIENTO ANTICOAGULANTE ORAL (ALDOCUMAR® Y SINTROM®). UNA VENTAJA MÁS.

Dra M^a Angeles Fernández - Especialista en Hematología.

Dentro del colectivo de pacientes anticoagulados con derivados cumarínicos, warfarina (Aldocumar®) y acenocumarol (Sintrom®), algunos gestionan su propio tratamiento anticoagulante tras recibir un entrenamiento para ello. Algunos pacientes sólo hacen **autocontrol**, es decir, obtienen una gota de sangre por punción digital, la colocan en la tira o placa reactiva y el coagulómetro emite el resultado del INR, pero no modifican las dosis. Hay otros pacientes que son capaces de **autogestionar** el propio tratamiento anticoagulante, lo que significa que, no sólo son capaces de pincharse, poner la sangre en la tira o placa y leer el resultado en su coagulómetro, sino que son capaces además de disminuir o aumentar la dosis del anticoagulante cuando el resultado del INR está por debajo o por encima del rango terapéutico que le ha sido fijado.

Para un paciente anticoagulado que AUTOGESTIONA su tratamiento es muy importante conocer lo que hace y qué significado tiene lo que hace; por lo tanto, ha de saber qué es el rango terapéutico y qué es el INR.

El **rango terapéutico** marca las cifras entre las cuales ha de mantenerse el INR del paciente anticoagulado. Se di-

señó después de llevar a cabo multitud de trabajos científicos a lo largo de la última década del siglo XX (años 90') y comienzos del siglo XXI (primera década de los 2000). El rango terapéutico es diferente para cada patología, dependiendo de su riesgo tromboembólico. Así, las personas con prótesis valvulares cardíacas, que tienen un riesgo tromboembólico mayor, han de mantener un INR entre 2,5 y 3,5 (rango terapéutico), en la medida de lo posible siempre lo más cercano al valor diana (3); aquellas personas que han sufrido una trombosis venosa, en general deberán mantener un rango terapéutico menor, INR entre 2 y 3, siempre lo más cercano al valor diana (2,5).

El **INR** (Ratio Normalizado Internacional) es una unidad de medida estandarizada para expresar los resultados del tiempo de protrombina. Permite al médico "creerse" el resultado del control y modificar la dosis del anticoagulante con seguridad cuando el resultado del INR está "fuera" del rango terapéutico que le ha sido fijado. Los anticoagulantes cumarínicos hacen que la sangre de la persona que los toma coagule menos que la sangre de la persona que no los toma, de tal forma que se pueda disminuir el riesgo tromboembólico de la enfermedad que padece esa per-



sona. La estandarización del INR (que es diferente al control de calidad), tal como indica la Organización de la Salud (OMS), tiene en cuenta el tipo de coagulómetro que hace la medida, el tipo de reactivo que se utiliza y el tipo de testigo frente al que se compara la sangre de la persona anticoagulada, de tal forma que las diferencias existentes entre los distintos métodos utilizados (coagulómetros, reactivos, testigo) lleguen a ser mínimas.



¿Qué significa esto para los pacientes que AUTOGESTIONAN su propio tratamiento anticoagulante?

Más arriba se ha explicado lo que es el rango terapéutico, diferente para los portadores de prótesis valvulares y para los que han sufrido una trombosis venosa. Los coagulómetros que utilizan los pacientes anticoagulados que autogestionan su TAO (tratamiento anticoagulante oral) vienen estandarizados de origen. El más utilizado, CoaguChek, que lleva en el mercado desde 1996, ha demostrado a lo largo del tiempo su reproductibilidad y exactitud. Si bien ninguno de los rangos terapéuticos utilizados supera el valor de 3,5, puede ocurrir que el coagulómetro señale valores más altos que el límite superior del rango terapéutico alto, más altos de 4,5 o de 5. A efectos prácticos, lo que el paciente en Autogestión del TAO necesita saber es que, cuando el resultado que da el coagulómetro sobrepasa mucho el límite alto del rango

terapéutico, hay que repetir la prueba y, si el resultado es similar, hay que reducir la dosis del anticoagulante: no vale asustarse, no vale decir que nosotros lo hemos hecho todo bien, no vale pensar que el coagulómetro no funciona, ya que ese resultado (demasiado alto) sólo nos está indicando que hay que reducir la dosis del anticoagulante lo antes posible para volver a entrar en el rango que nos han marcado, y para esto no hemos de ponernos nerviosos, sino recordar lo que hemos aprendido al respecto durante el curso de capacitación.

En una Nota Urgente de Seguridad de Campo emitida por Roche Diagnostics el 18 de septiembre del pasado año 2018 acerca de unos valores del INR superiores a 4,5, atrae mi atención la siguiente frase: "Hemos detectado un incremento en el número de reclamaciones en relación a las desviaciones de las tiras reactivas CoaguChek frente a los controles que no son de Roche y métodos de laboratorio". En mi opinión como experta en el tema, generalmente estas diferencias son debidas más a la falta de una estandarización rigurosa de esos otros coagulómetros o laboratorios que a un fallo mecánico. Por esta razón, es muy importante la AUTOGESTIÓN DEL TAO, fundamentalmente porque es el interesado el único interviniente y siempre hace lo mismo, es decir, estandariza su método.

Sé que es difícil hacer comprensible estos aspectos técnicos a aquellos que no conocen el sistema de la coagulación de la sangre. A pesar de la dificultad que entraña, he tratado de tranquilizar a las personas anticoaguladas con cumarínicos, tomen acenocumarol o warfarina, cuando su coagulómetro de un valor alto o muy alto: tranquilidad y poner en práctica lo que han aprendido durante las clases.

EL AUTOCONTROL DEL TRATAMIENTO ANTICOAGULANTE ORAL

Se estima que, en España, actualmente, habría un millón de personas siguiendo una terapia anticoagulante oral. De todas ellas, 800.000 están en tratamiento de forma permanente, y el resto sólo de forma temporal.

Numerosos estudios han demostrado que el resultado clínico mejora cuando el paciente lleva a cabo el autocontrol de INR, gracias a la frecuencia óptima de realización de las pruebas. Gracias a los coagulómetros portátiles que pueden ser utilizados por el propio paciente, la frecuencia de determinación puede adaptarse a las necesidades clínicas de cada uno de ellos.

La palabra AUTOCONTROL significa que el paciente es el responsable del control de su tratamiento anticoagulante. Son necesarios dos requisitos importantes:

Que el paciente reciba entrenamiento en el tema, tanto para saber cómo ha de conseguir la muestra de sangre para conocer el INR, como para saber manejar las dosis del anticoagulante si el INR está fuera del rango terapéutico que se le ha fijado.

- Que el paciente pueda y quiera responsabilizarse de su propio control.

- Que los médicos que siguen su enfermedad le consideren una persona libre para decidir.

- Qué sepa a quien recurrir en caso de duda: asociación, médico, enfermera, etc

Ventajas del Autocontrol.

No todos los pacientes que reciben tratamiento con anticoagulantes orales poseen el mismo riesgo para la trombosis y la embolia.

Por lo tanto:

- La frecuencia de los controles pasa a ser semanal.

- El análisis del INR siempre se realiza en las mismas condiciones: mismo aparato, mismo método de medida, misma calidad.

- La dosificación la realiza el propio interesado en que todo vaya bien.

- Ante un imprevisto puede realizar el control sin desplazarse, esté donde esté.

Hoy por hoy, el Autocontrol es la mejor opción para los pacientes con riesgo

tromboembólico elevado:

- Enfermedad valvular acompañada de fibrilación auricular.

- Portadores de válvulas mecánicas, una o varias, con o sin fibrilación auricular.

Mayor autonomía.

El paciente pueda llevar el equipo a cualquier lugar y utilizarlo siempre que lo necesite.

Mayor adherencia al tratamiento.

El paciente toma co-responsabilidad en su tratamiento y hace que haya un mayor cumplimiento.

Mejor calidad de vida y menos costes.

Se evitan desplazamientos regulares a la unidad de control, absentismo laboral, menos ingresos hospitalarios,

Mediciones más frecuentes.

Garantiza un mejor seguimiento. Se traduce en un mayor % de valores INR dentro de rango terapéutico, minimización de efectos adversos y permite ajustar el tratamiento en pocos minutos, aumentando así

la eficacia del tratamiento.

Beneficio clínico.

El autocontrol reduce la incidencia de tromboembolismos (51% menos que otras modalidades), hemorragias graves (33% menor que las otras modalidades) y, además, disminuye la mortalidad por cualquier causa en un 38%.

(1)The Lancet 2006; vol 367:404-11: Self-monitoring of oral anticoagulation: A systematic review and meta-analysis . Heneghan C, Alonso Coello P, Garcia Alamina JM, Perera R, Meats E, Glaziov P.

La solución segura y eficaz para el control del paciente bajo supervisión del profesional médico.

Factores que pueden influir en los valores de INR:

- Alcohol.
- Otros medicamentos (p. ej., determinados antibióticos, analgésicos).
- Diversas condiciones patológicas (p. ej., fiebre, diarrea, vómitos).
- Dieta rica en vitamina K (p. ej., coles de Bruselas, espinacas).
- Estrés.
- Cambios climáticos durante los viajes.

Perfil del paciente candidato al Autocontrol.

- Jóvenes en edad laboral.

- Mayores que necesitan ir acompañados por familiares en edad laboral (representan el 25% de los casos).

- Personas que viajan mucho o que tienen problemas de transporte.

- Incapacitados que no se pueden mover de su domicilio.

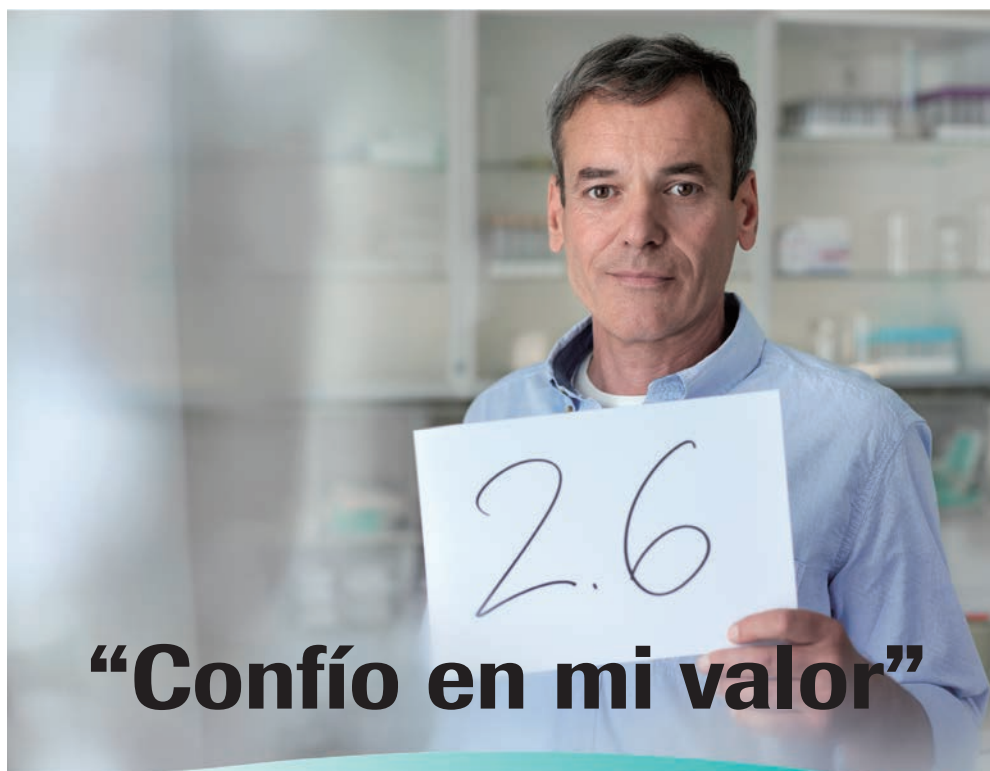
- Anticoagulados que vi-

ven en un medio rural.

- Pacientes con Razón Internacional Normalizada (INR) inestable que precisan controles muy frecuentes.

- Personas que han tenido complicaciones graves previamente.

- Pacientes que buscan calidad de vida.



Participe activamente en su terapia anticoagulante oral, ¡pregunte a su médico sobre el Autocontrol!

El Autocontrol le permite realizar controles más regulares y, en caso necesario, ajustar la dosis del fármaco mejorando el tiempo en rango terapéutico. (*) De esta manera, y siempre guiado por su médico, usted tiene la tranquilidad de conocer su valor de INR en cualquier lugar y con la frecuencia que necesite. Porque el Autocontrol es la forma más cómoda y eficaz para el seguimiento de su Tratamiento Anticoagulante Oral.

(*) Bernardo A. (2000) Optimising long-term anticoagulation by patient self-management and management by specialist anticoagulation clinic. A randomised cross over comparison. Lancet 356:97-102.

COAGUCHEK and BECAUSE IT'S MY LIFE are trademarks of Roche. © Roche 2012

CoaguChek®
Because it's my life

JORNADA DÍA NACIONAL DEL PACIENTE ANTICOAGULADO 2018: “ESTOY ANTICOAGULADO, ¿SABES DE LO QUE HABLO?”



Con motivo del día nacional del paciente anticoagulado, un año más, celebramos la jornada “Estoy anticoagulado, ¿sabes de lo que habló?” en el Muy Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Valencia. el pasado 14 de noviembre de 2018.

El acto, que fue presidido y moderado por D. Luciano Arochena Candame (Presidente de AVAC) y D. Jaime Giner Martínez (Presidente de MICOFF), contó con un enriquecedor programa a cargo de profesionales sanitarios de diferentes especialidades y, trató temas tan interesantes como el tratamiento con anticoagulantes orales (TAO), el riesgo tromboembólico y el rango terapéutico así como aspectos

de la anticoagulación relacionados con la Unidad del Dolor.

Para fomentar las relaciones interpersonales y estrechar lazos con nuestros socios, cerramos la jornada con una comida en el Restaurante El Menjar amb Viracre situado en el Museo de Bellas Artes de Valencia y posterior visita al museo.

Aprovechamos la ocasión para dar las gracias a todos aquellos que nos acompañaron en este día tan especial y que AVAC organizó con tanta ilusión y esfuerzo. Estamos trabajando en la Jornada de este año. Queda poco para noviembre. Os esperamos.

JORNADA PACIENTES ANTICOAGULADOS "ESTOY ANTICOAGULADO, ¿SABES DE LO QUE HABLO?"

LUGAR: MUY ILUSTRE COLEGIO OFICIAL
DE FARMACÉUTICOS DE VALENCIA

14 NOVIEMBRE 2018

AVAC

ASOCIACIÓN VALENCIANA DE PACIENTES
ANTICOAGULADOS Y PORTADORES
DE VÁLVULAS CARDÍACAS



El presidente D. Luciano Arochena Candame y la Junta Directiva de AVAC se complacen en invitarle a esta jornada agradeciendo de antemano su asistencia.

Moderador:
D. Luciano Arochena Candame,
Presidente de AVAC.

Programa

Jornada Pacientes Anticoagulados "Estoy anticoagulado, ¿sabes de lo que hablo?"

Día 14 de Noviembre de 2018

Lugar: Salón de Actos del Muy Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Valencia, MICOV. Calle Conde de Montornés, 7, Valencia.

10:30 horas

Café de Bienvenida.

11:00 horas

Bienvenida y acto inaugural.

A cargo de: D. Faustino Álvarez (Subdirector General de Planificación y Organización Asistencial), D. Jaime Giner Martínez (Presidente de MICOV) y D. Luciano Arochena (Presidente de AVAC).

11:20 horas

¿Qué debe saber el paciente anticoagulado acerca del tratamiento con anticoagulantes orales (TAO)?

A cargo del Dr. Vicente Gasull Molinés. Médico de Familia del Centro de Salud Torrente II.

11:50 horas

Anticoagulación en el paciente con arritmias: novedades.

A cargo del Dr. Jorge Manuel Orduña. Especialista de la Unidad del Dolor del Hospital Malva-Rosa.

12:20 horas

Riesgo Trombo embólico y rango terapéutico en personas anticoaguladas igual para todos.

A cargo de la Hematóloga Dra. M^a Ángeles Fernández Fernández.

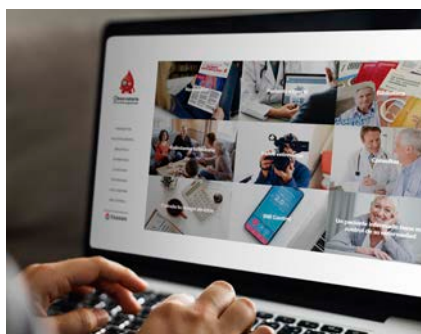
12:50 horas

Qué es la Fibrilación Auricular.

A cargo del Dr. Juan Cosin Sales, Jefe de la sección de Cardiología en el Hospital Arnau de Vilanova.

13:20 horas

Coloquio y cierre



El Observatorio de la Anticoagulación de Feasan

El Observatorio de la Anticoagulación es un espacio digital que nace de la Federación Española de Asociaciones de Anticoagulados (FEASAN) con el objetivo de empoderar al paciente anticoagulado para que tenga una buena gestión del cuidado de su salud y evite complicaciones médicas.

La plataforma integra herramientas informativas y educativas, para que pacientes y familiares conozcan mejor su enfermedad y sepan manejar correctamente su tratamiento. Precisamente, uno de los puntos fuertes del Observatorio es el contenido formativo del cual dispone. Desde allí, se puede acceder directamente al Programa "Paciente Experto", pensado para formar al paciente anticoagulado y dotarle de herramientas que le permitan manejar mejor su tratamiento y mejorar su calidad de vida.

En el Observatorio también se recogen noticias de actualidad, que pueden ir desde avances científicos y nuevos tratamientos hasta información de la Federación y las asociaciones miembro. Además, presenta todos los boletines editados por FEASAN y las Guías para pacientes como "Conoce... la Fibrilación Auricular" y el "Manual del Anticoagulado", así como diferentes vídeos que explican las enfermedades por las cuales se requieren anticoagulantes, como el ictus, la fibrilación auricular o la embolia pulmonar.

Este espacio para el paciente anti-

coagulado es también un punto de consulta y apoyo, ya que dispone de diferentes testimonios que explican su experiencia personal como personas que, por un motivo u otro, viven actualmente anticoaguladas. Asimismo, también contiene una zona para que el paciente pueda preguntar a la asesora médica de la Federación dudas en relación a la anticoagulación y a su enfermedad. Como elementos más interactivos, el Observatorio también presenta una calculadora para saber el riesgo de ictus y una aplicación para que el paciente con tratamiento Antivitamina K pueda saber si se encuentra dentro del rango terapéutico correcto (INR).

El Observatorio, que se encuentra hospedado en www.anticoagulados.info/observatorio/ y de libre acceso, es un espacio dinámico con una interfaz muy intuitiva y que permite una navegación fácil, especialmente para usuarios poco avanzados.



75º Aniversario de la Sociedad Española de Cardiología

Con motivo de la celebración del 75º Aniversario de la Sociedad Española de Cardiología, AVAC fue invitado a la conferencia "75 años de Periodismo con corazón en España" impartida por D. Bieito Rubio, director de ABC, el día 6 de junio de 2019 en el Ateneo Mercantil. Nuestro Presidente D. José E. Martínez Zamorano, acudió en representación de nuestra Asociación.

En este acto, el periodista quiso mostrar su apoyo a la labor que han

estado realizando los cardiólogos durante estas décadas y analizó el desarrollo tecnológico, digital y en el sector de la comunicación en nuestra sociedad.

El presidente de la SEC, Manuel Anguita, apuntó que el periodismo es fundamental en la divulgación de los avances científico-médicos y, que tiene un papel primordial en las asociaciones de pacientes difundiendo actividades e iniciativas que mejoran la calidad de vida de los mismos.



X Jornada del paciente del Consorcio Hospital General Universitario de Valencia

El día 25 de Junio de 2019, AVAC estuvo presente en la X Jornada del Paciente del Consorcio Hospital General Universitario de Valencia. Fue una jornada de puertas abiertas celebrada en los jardines del Hospital con un formato de mesas informativas y mercadillo, para ofrecer información sobre las asociaciones de pacientes que participaban y promocionar sus actividades. Nuestro presidente, José E. Martínez Zamorano, estuvo al frente de la mesa de AVAC, para representarnos y hacer llegar nuestra labor a todos aquellos que tuvieron el gusto de acompañarnos.



17 de Octubre 2019 - Valencia

JORNADA EDUCATIVA DE AUTOGESTIÓN DEL TAO PARA PACIENTES ANTICOAGULADOS

Este 17 de octubre de 2019 a las 17:00 horas, AVAC organiza una Jornada Educativa de Autogestión del TAO para pacientes anticoagulados y familiares, en la sede de la Asociación Amigos del Camino de Santiago-Comunidad Valenciana (C/ Jerónimo Muñoz, n.º 32, bajo. 46007 Valencia).

La Dra. M.^a Ángeles Fernández abordará la Autogestión del TAO como una alternativa al control tutelado y como un medio para pacientes que están laboralmente activos. Incluyendo además testimonios y un coloquio entre los asistentes.

Es una buena oportunidad para compartir vivencias, inquietudes y experiencias, en cuanto a la Autogestión del TAO, con personas que están en la misma situación.

PROGRAMA

Organiza: Asociación Valenciana de Pacientes Anticoagulados y Portadores de Válvulas Cardíacas - AVAC.

Fecha: 17 de octubre de 2019.

Hora: 17:00 horas.

Lugar: Sede de la Asociación Amigos del Camino de Santiago-CV.
Calle Jerónimo Muñoz, n.º 32, bajo. 46007 Valencia.

17:00 h. Saludos del presidente de la Asociación AACV-CV.

Bienvenida y Presentación de la jornada.

D José E. Martínez Zamorano. Presidente de AVAC.

17:20 h. La Autogestión del TAO como alternativa al control tutelado.

Dra. M.^a Angeles Fernández Fernández.
Hematóloga.

17:40 h. La Autogestión del TAO en pacientes con vida laboral activa.

D. Alejandro Requena Fuente. Abogado.

18:00 h. Una experiencia de vida. La Autogestión del TAO.

Dña. Camila Romero Matamoros. Miembro fundador de AVAC.

18.20 h. Coloquio entre los asistentes: preguntas, sugerencias, propuestas.

18.50 h. Refrigerio.

Colabora: Asociación Amigos del Camino de Santiago-Comunidad Valenciana. Roche.



planteadas. Este es un servicio de consulta, por lo que en ningún caso sustituye la función o prescripción de su médico de referencia.

ORIENTACIÓN SOCIAL



Es habitual que en determinados momentos os puedan surgir dudas, inquietudes o curiosidades que queráis o preciséis resolver. Consideramos muy importante tener una persona de referencia a la que poder dirigirlos. En este punto es en el que aparece la figura del Trabajador Social con servicios de acompañamiento y apoyo, facilitándoos el camino.

Caterina Sendra, nuestra Trabajadora Social, está a vuestra disposición para informaros, orientaros y asesoraros sobre cualquier tema relacionado con la asociación y los servicios que ponemos a vuestra disposición; también sobre los derechos y ventajas a los que podéis tener acceso y sobre las actividades que se vayamos realizando y que pretendemos que sean del mayor interés posible para vosotros. Es el enlace principal entre el asociado y la asociación.

Podéis contactar con Caterina los miércoles y jueves de 10 a 13 horas: vía telefónica, al teléfono 963525577; por mail, a trabajadorasocial@anticoagulados.org; o mediante entrevista personal, lo que prefiráis, que habrá que concertar previamente.

FISIOTERAPIA



Hoy en día las enfermedades cardiovasculares suponen un importante y creciente problema social, así como personal para que aquellos que las padecen y su entorno familiar.



A menudo, se observa una restricción sobre la autonomía personal, así como un impacto negativo sobre la calidad de vida en los pacientes anticoagulados. Desde la fisioterapia, y en colaboración con otros profesionales sanitarios, es posible mejorar estos aspectos. La educación del paciente, control de los factores de riesgo y la intervención sobre problemas músculo esqueléticos, serán nuestros pilares de actuación a través de las diferentes técnicas de fisioterapia con las que ayudar a mejorar el día a día de la persona. En

la asociación realizamos masajes localizados, ejercicios activos, además de un seguimiento personalizado y de la evolución de las dolencias tratadas. El servicio de fisioterapia, a cargo de Moisés Cervantes Blanco, está a disposición de cualquier socio, se presta los jueves por la mañana. Para poder disfrutarlo, únicamente ha de llamar a la asociación para concertar cita previa.

COCEMFE VALENCIA



AVAC, como Asociación federada a COCEMFE Valencia, tiene acceso a los programas que dicha organización ofrece, es decir, todos los socios de AVAC tienen la ventaja de poder beneficiarse de los siguientes programas que os indicamos a continuación. Igualmente para poder disfrutar de ellos, debéis poneros en contacto con AVAC.

PID. PUNTO DE INFORMACIÓN ESPECIALIZADO EN DISCAPACIDAD.

Programa a cargo de profesionales especializados, que desde una perspectiva integral satisface las demandas que llegan a nuestra Federación de orientación, información y asesoramiento, en temas, asuntos y procedimientos específicos relativos al mundo de la discapacidad y que está dirigido a personas con discapacidad física y orgánica, su entorno familiar y a toda persona interesada en esta temática y que requiere de una intervención específica.

Los servicios que se prestan son los siguientes:

Información, orientación y asesoramiento en los siguientes temas:

- Legislación: local, autonómica y nacional.
- Servicios Sociales: dependencia, recursos, ayudas y subvenciones, programas específicos, etc.
- Sanidad: centros de salud, estancias de respiro, residencias, centros, etc.
- Barreras arquitectónicas: legislación, ayudas, asesoramiento, punto de denuncia.
- Vivienda: información, ayudas y orientación sobre viviendas adaptadas para compra o alquiler, bolsa de viviendas adaptadas, subvenciones y ayudas para adaptaciones.
- Empleo: bolsas de empleo y Servicios de intermediación laboral
- Recursos Formativos.
- Información fiscal: IRPF, pensiones, etc.

SAD. SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO PARA PERSONAS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA .

Servicio de carácter social que ofrece de forma flexible, un conjunto de prestaciones que atienden profesionalmente y desde una perspectiva integral, a personas que se encuentran dentro del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia y tengan reconocido el grado de dependencia y resolución del Programa Individual de Atención (PIA), cuya prestación económica sea la vinculada al Servicio de Ayuda a Domicilio (SAD).

Desde el SAD, se ofrece:

- Servicios relacionados con la atención personal, en la realización de las actividades de la vida diaria.
- Servicios relacionados con el cuidado del hogar.



SPA. SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL.

Servicio que tiene por finalidad desarrollar y mantener la capacidad personal de controlar, afrontar y tomar decisiones acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias y facilitar la ejecución de las actividades básicas de la vida diaria. Desde éste se atiende a personas que se encuentran dentro del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia y tengan reconocido el grado de dependencia y resolución del Programa Individual de Atención (PIA), cuya prestación económica sea la vinculada al Servicio de Promoción de la Autonomía Personal (SPA).

Los servicios que se prestan son los siguientes:

- Asesoramiento y entrenamiento en el uso de productos y tecnologías de apoyo para poder desempeñar las actividades básicas de la vida diaria (AVD).
- Asesoramiento sobre adaptación funcional de la vivienda.
- Asesoramiento y acondicionamiento físico.
- Entrenamiento en transferencias y deambulación, reeducación de la marcha.
- Educación para el correcto uso de órtesis y prótesis (colocación y mantenimiento).
- Valoración de la necesidad de adaptaciones del entorno doméstico, ocupacional y ocio en el que se desenvuelven habitualmente las personas, así como el asesoramiento y en caso preciso, entrenamiento.
- Orientación para la integración familiar, comunitaria y social.
- Asesoramiento, entrenamiento y apoyo a las personas cuidadoras para la aplicación de las actuaciones anteriormente descritas.

SAP. APOYO PSICOLÓGICO PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA Y/U ORGÁNICA Y FAMILIARES.

Programa de atención psicológica

(Apoyo Psicológico Individual, Grupos de Ayuda Mutua y Terapia Grupal) a personas con discapacidad física y/u orgánica y familiares, donde se da soporte y acompañamiento para ayudar a resolver situaciones emocionalmente complejas asociadas a la discapacidad y todo lo que le envuelve (dificultades a nivel social, familiar, individual...)

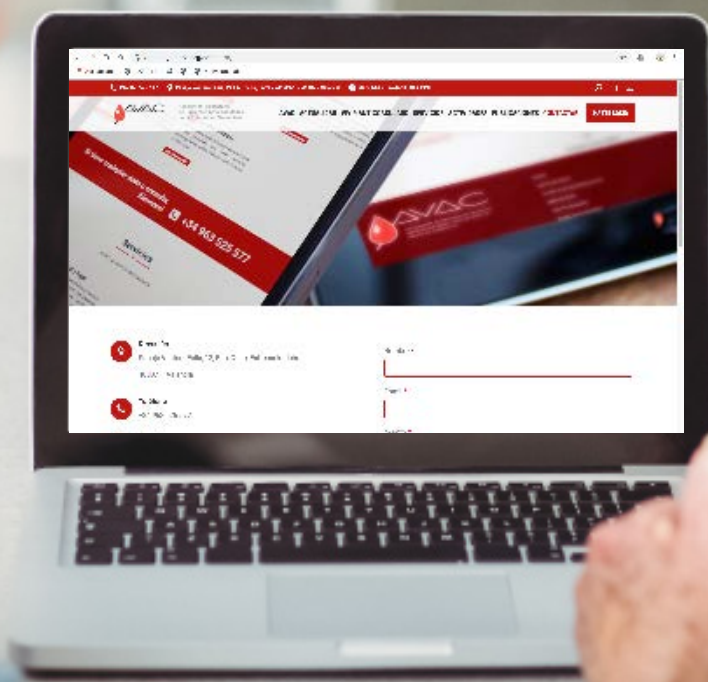
SIL. INTEGRACIÓN LABORAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD.

Programa centrado en la formación y el empleo, cuyo objetivo es conseguir la integración de personas con discapacidad en el mercado de trabajo, tanto ordinario (empleo y autoempleo), como en empleo protegido. Para ello y, por una parte, adecua las capacidades de los demandantes de empleo, a través de procesos de orientación, para optimizar su integración y, por otra parte, asesora y sensibiliza a las empresas, para que valoren las capacidades de nuestro colectivo, no sus incapacidades, a la hora de acceder al puesto de trabajo.

TAD. TRANSPORTE ADAPTADO, INDEPENDENCIA ASISTIDA Y AUTONOMÍA PERSONAL.

Programa que proporciona servicios de transporte adaptado a personas con movilidad reducida, ofreciendo la posibilidad de realizar de forma independiente aquellas actividades para las que requiere de este tipo de transporte. El TAD proporciona autonomía para la persona garantizando la máxima integración y acceso a su entorno, favoreciendo su movilidad, comunicación y participación en la comunidad, atendiendo a las necesidades de la persona beneficiaria de forma personalizada, eliminando barreras de sobreprotección familiar, psicológicas y de accesibilidad, etc. También mejora la calidad de vida de esas personas porque les permite con habitualidad en la vida social, a través de la educación, el trabajo y la relación con otras personas.

AVAC EN LA RED



AVAC está evolucionando con la sociedad en la que vivimos, en la que Internet y las Redes Sociales son fuentes de información y difusión fundamentales. Por eso, la asociación está apostando fuerte por mejorar e innovar el contenido de su página web.

¿Todavía no la conoces?. Entra en www.anticoagulados.org e infórmate de quiénes somos, de todos nuestros servicios, de la oferta formativa que tenemos a tu disposición, de los próximos eventos que vamos a celebrar y de las fechas de cursos que vamos a impartir. Podrás consultar todas nuestras publicaciones (revistas, folletos y material

didáctico) y tendrás a tu alcance información sobre el Autocontrol del TAO y diferentes aspectos relacionados con vivir anticoagulado.

Desde la web tienes la oportunidad de hacerte socio sin necesidad de desplazarte y de contactar con nosotros de forma sencilla y cómoda a través de un pequeño formulario en el apartado de "Hazte Socio".

Además, estamos trabajando para tener una página de Facebook con publicaciones interesantes, vídeos, fotos...así que no dejes de seguirnos en @anticoaguladosvalencia y deja tus comentarios y sugerencias.

www.anticoagulados.org





AVAC

ASOCIACIÓN VALENCIANA DE PACIENTES
ANTICOAGULADOS Y PORTADORES
DE VÁLVULAS CARDÍACAS

JORNADA DE EDUCACIÓN SANITARIA PARA PACIENTES ANTICOAGULADOS

20/09/2017

JORNADA
EDUCACIÓN
SANITARIA
PARA PACIENTES
ANTICOAGULADOS

REAL COLEGIO OFICIAL DE FARMACÉUTICOS DE VALENCIA
16 NOVIEMBRE 2017

JORNADA
EDUCATIVA
PARA PACI
ANTICOAG

A
MORATIVA
NACIONAL
CIENTE
DAGULAD

JORNADA
EDUCATIVA
PARA PACIENTES
ANTICOAGULADOS

al servicio del paciente antico

ASOCIACIÓN VALENCIANA DE
ANTICOAGULADOS Y PORTADORES
DE VÁLVULAS CARDÍACAS

JORNADA
FORMACIÓN CONTINUA
DEL PACIENTE ANTICOAGULADO

Salón de Actos
Universitario "La Fe"



INFORMAR
 ANTICOAGULACIÓN
EDUCAR VÁLVULAS
 CARDÍACAS AVANCES
 DIFUNDIR APOYAR
 FOMENTAR EXIGIR
 SANIDAD CUIDAR
COMPROMISO
 DESCUBRIR
 AUTOCONTROL
 NEGOCIAR COMU
SANGRE PROMOC
 RESPONSABILIDA
 ASOCIACIÓN C
 RMAR ANTICOAGULACIÓN FORMA
 ULAS CARDÍACAS AVANCES DIFUND
 DYAR FOMENTAR EXIGIR CORAZÓN
 SANIDAD CUIDAR **COMPROMISO**
 CUBRIR AUTOCONTROL NEGOCIA
 COMUNICAR SANGRE PROMOVER
 RESPONSABILIDAD LUCHAR MEDIC
 OCIAÇÃO CONFIAR SOLUCIAR
 R ANTICOAGULACIÓN F
 CARDÍACAS AVANCES
 FOMENTAR EXIGIR
 CUIDAR COME
 AUTOCONTR
 SANGRE
 L
 ONFIAR
 AR INFORMAR
 AGULACIÓN
 VÁLVULAS
 DIACAS AVANCES
 FUNDIR APOYAR
CORAZÓN
 SANIDAD CUIDAR

Pasaje Ventura Feliu, 13, Esc. dcha. Entlo. dcho. // 46007 Valencia
Teléfono: 963 525 577 // E-mail: avac@anticoagulados.org
www.anticoagulados.org

Con la colaboración de

