PARA PACIENTES

INTERACCIÓN DE WARFARINA Y ACENOCUMAROL CON LA VITAMINA K Y OTROS PRODUCTOS ALIMENTICIOS

La vitamina K (VK) tiene un papel muy importante en la producción de algunos factores de la coagulación. En los adultos, la ingesta recomendada es de 90 a 120 µg/día. Un tipo de anticoagulante, los dicumarínicos (acenocumarol y Warfarina), actúan bloqueando la producción de los factores de la coagulación en los que interviene la VK. Según estudios de investigación, los alimentos con mayor contenido de VK son los coles (por ejemplo, repollo, coliflor y brócoli), los vegetales de hoja verde tales como acelga, espinaca, lechuga, aunque también se encuentra en aceites, kiwi, palta, entre otros alimentos. Por este motivo, los pacientes que toman dicumarínicos deben tener en cuenta la dieta que realizan. No hay alimentos prohibidos, pero se recomienda que no se consuma en exceso alimentos ricos en vitamina K. Tampoco es adecuada una dieta que los restrinja completamente, ya que son alimentos saludables. Las fluctuaciones en la ingesta pueden causar dificultades en el control del tratamiento. Se recomienda una ingesta "estable" de este tipo de alimentos y consultar siempre al médico tratante en caso de realizar cambios profundos en la dieta.

Bibliografía:
Minighin E, Bragança K, Anastácio L. Warfarin drug interaction with vitamin K and other foodstuffs. Revista chilena de nutrición 2020; 47(3): 470-7. https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182020000300470.