

Salud Transgénero y Riesgo de Coágulos
sanguíneos: Lo Que Debes Saber

KIT DE HERRAMIENTAS PARA PACIENTES



Acerca de Este Kit de Herramientas

Este kit de herramientas se creó para educar a los pacientes transgénero sobre el riesgo potencial de coágulos sanguíneos en el contexto de la atención de afirmación de género.

En este kit de herramientas encontrarás información sobre estos temas:

- Qué es un coágulo de sangre
- Factores de riesgo para la formación de un coágulo
- Signos y síntomas habituales de un coágulo sanguíneo
- Cómo las terapias hormonales y la cirugía pueden aumentar el riesgo de coágulos sanguíneos
- Cómo hablar con el médico sobre el riesgo de coágulos sanguíneos

Antes de sumergirte en el tema, es importante que sepas que **el riesgo de coágulos sanguíneos no ES ni DEBERÍA ser un obstáculo** para recibir una atención de afirmación de género.

Nota: Esta guía sólo tiene fines educativos. Consulta a tu médico o equipo de salud si tienes dudas médicas específicas.



www.thrombosis.org



info@thrombosis.org



617-730-4120



KIT DE HERRAMIENTAS PARA PACIENTES

¿Qué es un Coágulo Sanguíneo?

Los coágulos sanguíneos son cúmulos de sangre que se adhieren entre sí. Suelen proteger al organismo deteniendo las hemorragias (por ejemplo, tras un corte o una herida). A veces, los coágulos pueden formarse por sí solos y volverse peligrosos. Cuando un coágulo bloquea una vena, se habla de **tromboembolia venosa** (TEV).

La TEV incluye:

- **Trombosis venosa profunda** (TVP): coágulo en piernas, muslos o brazos.
- **Embolia pulmonar** (EP): coágulo que se desplaza a los pulmones.

La TVP y la EP pueden poner en peligro la vida porque bloquean el flujo sanguíneo a partes importantes del cuerpo. Conocer los factores de riesgo y los signos y síntomas de un coágulo sanguíneo puede ayudar a salvar vidas.

El tratamiento puede consistir en medicamentos para prevenir la formación de nuevos coágulos o, en casos graves, cirugía para extirpar el coágulo o reparar los vasos dañados.



KIT DE HERRAMIENTAS PARA PACIENTES

Reconocer Los Factores de Riesgo Para la Formación de un Coágulo Sanguíneo

Los médicos no siempre saben por qué se forman los coágulos, pero algunas personas tienen más probabilidades de desarrollarlos que otras. Hay varios factores de riesgo que pueden aumentar la probabilidad de que se forme un coágulo:

- **Inactividad** o pasar mucho tiempo sentado
- **Obesidad**
- **Tabaquismo**
- **Cirugía**
- **Cáncer** y sus tratamientos
- **Trastornos genéticos de la coagulación**
- **Terapias hormonales*** (como anticonceptivos u hormonas de reafirmación de género)

*Para los pacientes que reciben terapia hormonal, es importante saber que no se tiene conocimiento de que la testosterona provoque coágulos sanguíneos, pero que los estrógenos pueden aumentar el riesgo.



KIT DE HERRAMIENTAS PARA PACIENTES

Signos y Síntomas de Los Coágulos Sanguíneos

Una **trombosis venosa profunda** (también llamada TVP) es un coágulo de sangre que se produce en una vena profunda de las piernas, los muslos o los brazos

La **embolia pulmonar** (también llamada EP) es un coágulo de sangre que se desplaza a los pulmones.

Síntomas de la TVP	Síntomas de la EP
<ul style="list-style-type: none">• Hinchazón de piernas, tobillos o pies, brazos o antebrazos• Dolor, sensibilidad, picor o calor en piernas, muslos o brazos• Cambios en el color de la piel (roja o azulada/púrpura)	<ul style="list-style-type: none">• Dificultad para respirar• Dolor torácico• Tos o expectoración con sangre• Ritmo cardiaco acelerado• Mareo

Si experimenta alguno de estos signos o síntomas, llame a su médico de inmediato o diríjase al servicio de urgencias más cercano.



KIT DE HERRAMIENTAS PARA PACIENTES

Terapia Hormonal y Riesgo de Coágulos: ¿Qué Debo Saber?

Lo más importante que hay que saber de antemano es que **el riesgo de que se produzca un coágulo de sangre es pequeño y NO debe impedir que recibas atención médica para afirmar tu género.**

- **La terapia hormonal de reafirmación de género tiene beneficios conocidos, pero, como cualquier tratamiento, conlleva algunos riesgos**, como la formación de coágulos en las venas. Esto puede ser peligroso.
- **Todavía estamos aprendiendo sobre los riesgos de la terapia hormonal.** No se tiene constancia de que la toma de testosterona provoque coágulos sanguíneos, pero el estrógeno puede aumentar el riesgo.
- **No todas las personas que toman estrógenos desarrollan un coágulo, pero ciertos factores pueden aumentar el riesgo.** En muchos casos, el médico puede ajustar la dosis de estrógenos o cambiar la forma de tomarlos para reducir el riesgo.



PATIENT TOOLKIT

Cómo Hablar Con tu Profesional de la Salud Sobre la Afirmación de Género y el Riesgo de Coágulos Sanguíneos

Los cuidados para la reafirmación de género salvan vidas. Si recibes terapia hormonal o te sometes a una intervención quirúrgica de reafirmación de género, habla con tu equipo médico sobre el riesgo de coágulos sanguíneos.

¡Haz preguntas!

1. ¿Qué es un coágulo sanguíneo?
2. ¿Por qué la terapia hormonal y la cirugía son factores de riesgo de coágulos sanguíneos?
3. ¿Cuáles son mis opciones para la terapia hormonal?
 - a. ¿Existen medicamentos con menor riesgo de coágulos sanguíneos? (Algunas hormonas de estrógeno aplicadas sobre la piel tienen menos riesgo que tomar píldoras de estrógeno).
4. ¿Qué necesito saber sobre el riesgo de coágulos sanguíneos y mi intervención quirúrgica?
5. ¿Hay algo que deba hacer antes o después de la cirugía para prevenir los coágulos sanguíneos?

Para aprovechar al máximo tus visitas sanitarias, puedes

ACTuar:

ADMITIR lo que te preocupa | **CONCURRE** preparado | **TOMARTE TIEMPO** para conversar sobre el tema

Salud Transgénero y Riesgo de Coágulos
sanguíneos: Lo Que Debes Saber

KIT DE HERRAMIENTAS PARA PACIENTES



Sobre el Comité

"Nuestro comité se dedica a mejorar la salud y el bienestar de la comunidad transexual aumentando la conciencia sobre el riesgo potencial de coágulos sanguíneos a lo largo del viaje de afirmación de género.

Valoramos las experiencias únicas de cada uno y nos comprometemos a ayudar a nuestra comunidad a avanzar en su camino sin miedo y mediante el intercambio de hechos e información positivos.

Al fin y al cabo, todos somos importantes y nadie está solo".

EQUIPO DEL COMITÉ

Copresidentes del Comité:

Troy Keyser, MA (Él)
Andrea Martinez (Ella)

Miembros del Comité:

Kelley Blair, MS, LPC (Ellos)
Dee Dee Watters (Ella)

Directora, NATF:

Aviva Schwartz, MA (Ella)



El Foro Norteamericano de Trombosis (NATF) es una organización sin ánimo de lucro dedicada a mejorar la vida de los afectados por coágulos sanguíneos y afecciones relacionadas.



« « « Escanea nuestro código QR o **visítanos en línea** para acceder a nuestro kit completo de herramientas digitales.



www.thrombosis.org



info@thrombosis.org



617-730-4120