

## 10 cosas que todo el mundo debe saber sobre los Trastornos Hemorrágicos

- 1** Las personas con trastornos hemorrágicos no sangran más que las personas sin trastornos hemorrágicos; sólo sangran por más tiempo debido a que sus cuerpos no cuentan con la cantidad necesaria de elementos para formar un coágulo.  
**Una simple cortada no causará que una persona con un trastorno hemorrágico sangre hasta morir.**
- 2** Las personas con trastornos hemorrágicos son como cualquier otra persona. Aparte de algunas necesidades médicas especiales y precauciones, pueden participar activamente de una gran variedad de actividades.
- 3** Las personas con trastornos de la coagulación pueden controlar la mayor parte de su cuidado desde la casa bajo la dirección de profesionales de la salud.
- 4** Las personas con trastornos hemorrágicos deben realizarse un chequeo médico integral en un centro de tratamiento de hemofilia (HTC, por sus siglas en inglés) una vez al año.  
**Un estudio publicado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) encontró que las personas que recibieron atención en los centros de tratamiento de hemofilia (HTCs) vivían más y tenían menos probabilidad de ser hospitalizados por complicaciones hemorrágicas que los no usuarios de los HTCs.**
- 5** La profilaxis es la mejor terapia para personas con hemofilia A o B severa (deficiencias del factor VIII [8] o factor IX [9]). Las hemorragias deben ser tratadas ¡rápida y adecuadamente!
- 6** Las personas con trastornos hemorrágicos deben ejercitarse y mantener un peso corporal saludable.  
**Tener músculos fuertes ayuda a estabilizar las articulaciones y puede reducir el riesgo de lesiones y hemorragias.**
- 7** Conocer y entender el diagnóstico y régimen de tratamiento personal es muy importante.  
**Conocer el diagnóstico y régimen de tratamiento es crucial para comunicar claramente necesidades de tus seres queridos al momento de una emergencia.**
- 8** Hay una red de educación y apoyo a través del HTC local u organización de trastorno hemorrágico local.  
**Hay muchas formas de conectarse con otras personas que viven con un trastorno hemorrágico o que cuidan de aquellos con un trastorno hemorrágico. Por favor, comuníquese con HANDI (1-800-42-HANDI; 1-800-424-2634) o [handi@hemophilia.org](mailto:handi@hemophilia.org) para averiguar cómo se puede conectar.**
- 9** ¡Las mujeres también pueden tener trastornos hemorrágicos!  
**A las mujeres con trastornos hemorrágicos les toma en promedio 16 años entre el reporte de síntomas a un médico y el subsiguiente diagnóstico apropiado. Conocer los signos y síntomas ayuda a reducir este tiempo de retraso.**
- 10** La persona con un trastorno hemorrágico es lo más importante del equipo de tratamiento. Las personas con trastornos hemorrágicos deben tomar un rol activo en su cuidado.

**Trabaje con su equipo de salud para asegurarse de entender todos los aspectos de su cuidado y así continuar viviendo una vida larga y saludable.**