

VUELOS DE LARGA DURACIÓN ¿QUÉ SABEMOS DEL DESARROLLO DE TROMBOS EN LAS VENAS?

Los vuelos de larga duración (mayor de 4 horas) son un factor de riesgo para el desarrollo de la llamada tromboembolia venosa (TEV). La posibilidad de ocurrir un trombo en las venas después de vuelos en avión de más de 4 horas de duración es de 1 episodio en 4,656 vuelos, aunque el riesgo se incrementa en viajes de duración más prolongada.

Esta asociación es fuerte para duraciones de más de 8-10 horas y aumenta con la presencia de otros factores de riesgo. En vuelos de más de 12 horas, la tasa estimada es de 5 por millón. **El riesgo de trombosis relacionada con los viajes es mayor en los individuos con factores de riesgo preexistentes para el desarrollo de TEV (cirugía o trauma reciente, cáncer, embarazo, toma de anticonceptivos orales, trombofilia (alteración de coagulación) o TEV previa).**

La baja incidencia de trombos en los vuelos de larga duración permite hacer algunas consideraciones y tomar algunas medidas con aquellas personas con factores de riesgo trombótico adicional:

- Mantener una buena hidratación durante el viaje.
- Realización de movimientos incentivados de las extremidades y deambulación activa puede prevenir la TEV para todos los viajeros en viajes de más de 3 horas.
- El uso de medias de compresión y la profilaxis farmacológica no está indicada en la población general sin claros antecedentes de riesgo.
- Aunque la evaluación del riesgo deba hacerse sobre una evaluación individual, es probable que la cirugía mayor o trauma reciente (1 mes), neoplasia activa, TEV previo, edad avanzada, obesidad severa, embarazo o influencia estrogénica pueda establecer un criterio de riesgo de TEV para los viajeros en estos casos se recomienda el ejercicio incentivado de la musculatura de la pantorrilla, la deambulación activa y usar asiento de pasillo si es posible.
- Los viajeros a los que se considere de especial riesgo de desarrollar trombosis en relación con los viajes, pueden realizar profilaxis con calcetines o medias de compresión ligera y moderada (15-30 mm Hg).
- En viajeros sin riesgo especial de trombosis, se recomienda no realizar profilaxis farmacológica con aspirina ni anticoagulantes inyectables.

Consultar a su Médico de Familia antes de realizar un viaje de larga distancia es la principal recomendación.

Grupo de trabajo Vasculopatías:

Manuel Frías Vargas

No. colegiado 28/2858670

Médico Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria

Coordinador Nacional grupo de Trabajo Vasculopatías

Revisado por equipo médico Pacientessemergen