



# Alerta de Seguridad

## de la Asociación Internacional de Contratistas de Perforación

---

ALERTA 12 - 19

### TROMBOSIS DE VENA PROFUNDA

#### ¿QUÉ SUCEDIÓ?

Al regresar a su hogar de un viaje internacional, un empleado fue hospitalizado por Trombosis de Vena Profunda (*DVT*, por sus siglas en inglés). Fue admitido por una semana y luego se le recetaron medicamentos preventivos durante varios meses. Cuando otros empleados de la empresa fueron notificados de los peligros de la *DVT*, mediante un alerta difundido por internet, varios empleados más dentro de la organización también reportaron que ellos, u otros empleados con los que trabajan, también habían sufrido una *DVT* durante el año que había transcurrido.

#### ¿QUÉ LO CAUSÓ?

*DVT* es la formación de un coágulo de sangre en una vena profunda que generalmente afecta a la pierna o a la pelvis. Se ha visto *DVT* en personas que han realizado un largo viaje por avión. La investigación ha demostrado que el desarrollo de una *DVT* se produce probablemente por una combinación de deshidratación e inmovilidad, también influenciada por otros factores como enfermedades coronarias, la obesidad, fumar cigarrillos, el embarazo, dosis elevadas de pastillas anticonceptivas, historia familiar de *DVT* o una reciente intervención quirúrgica o lesión. También es posible desarrollar una *DVT* durante períodos prolongados de inmovilidad como puede darse durante un largo viaje en automóvil o permaneciendo sentado frente a la computadora por mucho tiempo sin moverse.

#### ACCIÓN CORRECTIVA – Para resolver este incidente, esta compañía hizo lo siguiente:

La compañía dio información a todos los empleados sobre las causas y los síntomas de la *DVT*, así como medidas preventivas que pueden tomar los viajeros:

Los síntomas de la *DVT*, frecuentemente dados en la pantorrilla, son:

- enrojecimiento
- sensación de calor
- dolor o incomodidad
- hinchazón, con una pantorrilla mucho más grande que la otra

La complicación más seria de una *DVT* es la posibilidad de que se convierta en una embolia pulmonar. Esto ocurre cuando el coágulo se libera de la pierna y se desplaza hasta los vasos de los pulmones. Esta condición muy peligrosa puede afectar la capacidad de una persona para respirar y puede ser fatal.

Para tratar una *DVT*, el paciente se coloca generalmente en tratamiento con un medicamento anticoagulante para disolver el coágulo.

**En cuanto a la prevención, ¡lo mejor es mantenerse en movimiento!** Si usted posee cualquiera de los factores de riesgo indicados anteriormente, debe hablar con su médico acerca de obtener un par de medias de compresión para colocarse en cualquier oportunidad en que permanecerá inmóvil durante un tiempo prolongado, tal como el caso de un largo viaje en automóvil o en avión. Debe beberse abundante agua y evitar bebidas deshidratantes como el alcohol, el café y las bebidas energizante. Levantarse y

---

Las Acciones Correctivas indicadas en este alerta son las acciones de una compañía para resolver el incidente y no reflejan necesariamente la postura de la IADC o el Comité de Salud, Seguridad y Medio Ambiente (HSE) del IADC.

Este material se presenta solamente con fines informativos. Los Gerentes y Supervisores deben evaluar esta información para determinar si puede aplicarse a sus situaciones y prácticas específicas. Propiedad Intelectual © 2008 International Association of Drilling Contractors. Todos los derechos reservados.

Emitido en agosto del año 2012



# Alerta de Seguridad

## de la Asociación Internacional de Contratistas de Perforación

caminar un poco con la mayor frecuencia posible. Favor de ver también, en la página siguiente, algunos ejercicios para la pantorrilla para mejorar la circulación y evitar la *DVT*.

Nota del *IADC*: Ver también el Alerta del *IADC* número 10 – 35.

### Ejercicios Recomendados para Evitar la *DVT*.

#### 1. Mover los tobillos en forma circular

- Levantar los pies del piso. Dibujar un círculo con los dedos del pie, moviendo simultáneamente un pie en sentido horario y el otro en sentido anti-horario. Invertir los círculos. Rotar en cada dirección durante 15 segundos. Repetir si se desea.



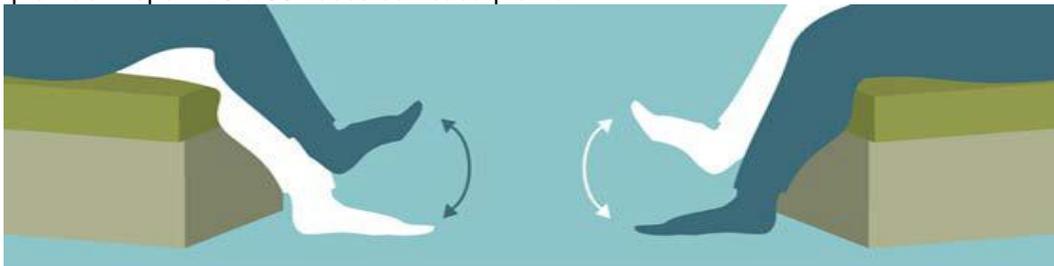
#### 2. Bombear con el Pie (El movimiento del pie se realiza en tres etapas)

- Comenzar con ambos talones en el piso y levantar la punta del pie lo más que se pueda. Colocar ambos pies apoyándolos completamente en el piso. Levantar los talones, manteniendo la parte delantera de la planta del pie en el piso. Repetir estas tres etapas en un movimiento continuo y a intervalos de 30 segundos.



#### 3. Elevaciones de Rodilla

- Levantar la pierna con la rodilla doblada mientras se contrae el músculo del muslo. Alternar las piernas. Repetir 20 a 30 veces con cada pierna.



Las Acciones Correctivas indicadas en este alerta son las acciones de una compañía para resolver el incidente y no reflejan necesariamente la postura de la IADC o el Comité de Salud, Seguridad y Medio Ambiente (HSE) del IADC.

Este material se presenta solamente con fines informativos. Los Gerentes y Supervisores deben evaluar esta información para determinar si puede aplicarse a sus situaciones y prácticas específicas. Propiedad Intelectual © 2008 International Association of Drilling Contractors. Todos los derechos reservados.

Emitido en agosto del año 2012