

# Consideraciones por tipos de trasplante

Tras el trasplante se requerirá...

## TRASPLANTE RENAL



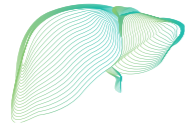
- Vigilar el aspecto de la orina. Puede ser necesario controlar la cantidad de orina durante las primeras semanas.
- Es especialmente importante tener una buena hidratación, bebiendo mucha agua.

## TRASPLANTE CARDIACO



- Mantener una buena hidratación. Salvo indicación médica, recuerda que las restricciones en el consumo de agua no son necesarias en la etapa posterior al trasplante.
- Realizar ejercicio y rehabilitación cardiaca, introducidos de forma gradual.

## TRASPLANTE HEPÁTICO



- Un control periódico de la tensión arterial y del peso.
- Vigilar el aspecto de la orina.
- Vigilar el aspecto de la herida-cicatriz.
- Seguir una dieta sin sal.
- No consumir alcohol, puede dañar tu hígado.
- Vigilar la aparición de picores intensos en la piel o color amarillento.

## TRASPLANTE PULMONAR



- Un tratamiento específico inhalado para la profilaxis de la infección por el hongo *Aspergillus*.
- Fisioterapia respiratoria y rehabilitación cardiopulmonar.
- Evitar el contacto con aves.
- Una buena ventilación del domicilio.



# ¿QUÉ SABES SOBRE LOS TRASPLANTES DE ÓRGANO SÓLIDO (TOS)?

# ¿QUÉ NECESITAS SABER DESPUÉS DE HABER SIDO TRASPLANTADO?

## SIGNOS Y SÍNTOMAS DE ALARMA

- > **Fiebre:** debes tomarte la temperatura si notas escalofríos o una sensación de malestar.
- > **Cansancio generalizado** y **malestar general** durante varios días.
- > **Síntomas respiratorios:** como tos o expectoración.
- > **Síntomas gastrointestinales:** náuseas y vómitos frecuentes, diarrea o estreñimiento de más de 24 horas de duración, dolor intenso o persistente en el abdomen, vientre hinchado o aparición de sangre en las heces o en el vómito.
- > **Alteraciones de la cicatriz:** enrojecimiento, sensación de calor, hinchazón y/o dolor.
- > **Alteraciones en la orina:** molestias al orinar o cambios en el volumen de la orina o su aspecto (por ejemplo, presencia de sangre, que puede ser roja, de color más oscurecido "parecido al coñac" o tener coágulos). Si tienes molestias al orinar, toma una muestra para proceder a su cultivo para descartar infección.
- > **Edemas:** pésate de forma regular para llevar un control del peso.
- > **Controla los valores de la tensión arterial:** si presentas hipertensión, coméntaselo al médico, y si tienes valores iguales o mayores a 180/110 mm Hg, acude a urgencias.
- > **Lesiones** en la piel **que no curan, cambios** en el aspecto de **lunares o manchas**.
- > **Dolor en la zona del órgano trasplantado.**
- > **Sensación de ahogo o dolor en el pecho.**
- > **Color amarillento en la piel y las mucosas:** acude a urgencias.

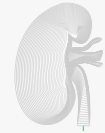
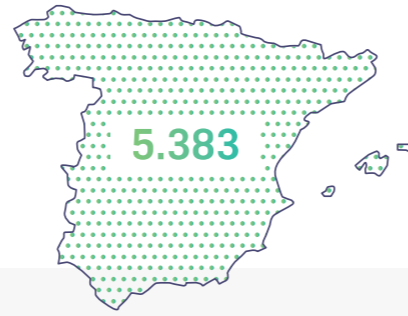


## Donación de órganos en España



España es líder mundial en donación de órganos y ocupa el segundo lugar en trasplantes por millón de población. Solo en el **año 2022** se realizaron **5.383 trasplantes de órganos**.

Donar un órgano es un acto de generosidad que permite que miles de personas puedan mejorar su calidad de vida y seguir viviendo.



### ¿Qué es un órgano sólido?

Aquel que tiene una estructura maciza, como el corazón, el intestino o el hígado, entre otros. Se habla de trasplante de órgano sólido para diferenciarlo del de médula ósea.

**Riñón, hígado, pulmón y corazón** son los órganos sólidos más frecuentemente trasplantados. En el caso del corazón, pulmón e hígado, el trasplante es el único tratamiento posible de una enfermedad terminal.

### ¿Qué es un trasplante?

Un trasplante consiste en transferir **células, órganos o tejidos** de una parte del cuerpo a otra o de una persona (**donante**) a otra (**receptor**). El objetivo es sustituir el órgano o tejido afectado para que funcione correctamente.

Los trasplantes más habituales son aquellos en que donante y receptor son personas distintas (se llaman trasplantes alogénicos). Es el caso de todos los trasplantes de órgano sólido.

### ¿Qué es el rechazo al órgano trasplantado?

El fenómeno que ocurre cuando el organismo receptor, como mecanismo de defensa, activa el sistema inmunitario porque reconoce el órgano trasplantado como un elemento extraño.

Para evitarlo será necesario tomar un tipo de medicamentos llamados **inmunosupresores**.

## ¿Qué son los medicamentos inmunosupresores?

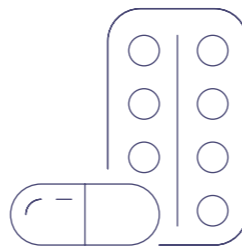
Son medicamentos que disminuyen la respuesta del sistema inmunitario para minimizar el riesgo de rechazo del órgano trasplantado, y que se usan también en el tratamiento de enfermedades autoinmunes como el lupus o la artritis reumatoide. Se usarán de forma diferente según la etapa del trasplante.

La mayoría de los inmunosupresores son de uso crónico y se dispensan en farmacia comunitaria.

### ¿Cuáles son los más usados?

Lo más común es usar una combinación de 2 o más fármacos de los siguientes grupos.

- > **Corticoides:** prednisolona, prednisona y metilprednisolona. Se suelen emplear al principio a dosis elevadas para posteriormente ir reduciendo la dosis. Se toman una vez al día, por vía oral, generalmente después del desayuno. Sus principales efectos adversos son aumento de los niveles de glucosa en sangre, retención de líquidos, aumento de peso, hipertensión u osteoporosis.
- > **Tacrolimus/ciclosporina A:** se toma uno u otro, nunca los dos de forma simultánea, todos los días a la misma hora con el estómago vacío. La dosis se ajusta según sus niveles en sangre. Los principales efectos adversos están relacionados con una disminución de la función de los riñones, temblores en las manos o hipertensión.
- > **Micofenolato** (micofenolato de mofetilo/ácido micofenólico): se toma por vía oral cada 12 horas, con o sin alimentos, pero siempre de la misma forma. Los efectos adversos más frecuentes son las molestias digestivas, sobre todo diarrea, y reducción del nivel de algunas células sanguíneas.
- > **Everolimus/sirolimus:** se utiliza uno u otro, pero no de forma simultánea. Se administra por vía oral, todos los días a la misma hora con o sin alimentos, a elección del paciente. Pueden producirse efectos adversos como anemia, molestias digestivas o dolores en las articulaciones.



## ¿Por qué es importante la adherencia al tratamiento inmunosupresor?

Es importante mantener niveles constantes de fármaco en el organismo para que los inmunosupresores funcionen y se conserve el órgano trasplantado. Un mal cumplimiento de la pauta indicada por el médico es la causa mayoritaria del rechazo y de una mala calidad de vida, e influye en la supervivencia.

Por ello, **tu farmacéutico puede ayudarte con el tratamiento farmacológico y en la educación sanitaria con el objetivo de fomentar la adherencia a corto y largo plazo** y en la toma de los medicamentos de acuerdo a un horario determinado, teniendo en cuenta tus preferencias. Los cambios de dosis pueden ser frecuentes al inicio del tratamiento. Las instrucciones escritas, la adaptación de la pauta posológica al ritmo cotidiano o la implicación de los familiares pueden ser estrategias útiles. También puede ser útil el uso de sistemas personalizados de dosificación.

## Consejos desde la farmacia

Bien en el hospital o bien en el ámbito comunitario, tu farmacéutico te puede recomendar:

- > **Adopta hábitos de vida saludables, como una dieta variada y equilibrada.** Entre otras medidas, evita el zumo de pomelo, congela el pescado fresco al menos 48 horas y cocina bien los alimentos.
- > **Practica ejercicio físico** de forma moderada y regular, controla tu peso y tu tensión arterial. Evita consumir tabaco y alcohol. Usa protección solar.
- > Es preferible que **evites actividades de jardinería** los primeros meses después del trasplante. En su caso, usa siempre guantes y lávate bien las manos.
- > Acude a tus **analíticas en ayunas**. Es importante que no tomes tu medicación inmunosupresora de la mañana (por ejemplo, tacrolimus) antes de la analítica.
- > **Revisa tu historial de vacunación,** para reforzar la protección frente a ciertas enfermedades a partir del 6º mes después del trasplante, pero ten en cuenta que algunas vacunas pueden estar desaconsejadas. Las infecciones son las complicaciones más comunes en trasplantados.
- > Sigue ciertas **medidas higiénicas de prevención de infecciones,** como el uso de mascarilla FFP2 en lugares con aglomeraciones y en épocas de mayor circulación de virus respiratorios. Evita ir al dentista en los 6 primeros meses.
- > Presta atención a los **signos y síntomas de alarma,** ante los que debes consultar a tu médico.

## ¿Habrá cambios en tu medicación habitual?

La medicación que llevabas antes del trasplante puede cambiar: **algunos medicamentos ya no serán necesarios y se suspenderán, pero se añadirán otros nuevos.** Entre los nuevos medicamentos estarán los inmunosupresores, pero también medicamentos para evitar infecciones y suplementos de calcio, vitamina D, magnesio, etc.

