

Consejos al paciente Anticoagulado

La vitamina K es necesaria para que la coagulación se produzca normalmente y está presente en los siguientes alimentos:

- Verduras de hoja verde: lechuga, espinacas, acelga, etc.
- Coles: brócoli, repollo, repollito, coliflor, etc.
- Algas.
- Legumbres: arvejas, porotos, soja.
- Aceitunas.
- Espárragos.
- Tomate.
- Queso.
- Yema de huevo.
- Pescado.
- Hígado.

Además:

- Evitar el alcohol.
- Mantener el equilibrio de la flora intestinal con el consumo de yogures.
- Evite tomar preparados de herboristería.

