

HEMOFILIAFAMILIAS

Guía de Primeros Auxilios para Familias con Hemofilia

Qué hacer (y qué NO hacer) ante un
sangrado, golpe o emergencia

hemofilia.vienebienia.com

Por qué esta guía importa

Vivir con hemofilia significa estar siempre alerta, pero también saber que la mayoría de los sangrados se pueden manejar en casa si actuás rápido y con la información correcta. El miedo viene de no saber, no de la gravedad en sí.

Esta guía está pensada para familias que quieren tener un recurso claro, sin tecnicismos, para actuar ante las situaciones más frecuentes. Porque en una emergencia, cada minuto cuenta y la tranquilidad viene de la preparación.

Acá vas a encontrar 6 situaciones típicas, con señales claras, lo que debés hacer y lo que jamás debés hacer. No reemplaza a tu médico, pero te da el primer paso con seguridad.

Lo que incluye esta guía:

✓ **6 situaciones de sangrado o golpe en hemofilia**

✓ **Señales de alarma que no podés ignorar**

✓ **Qué hacer paso a paso en cada caso**

✓ **Cuándo ir a urgencias y cuándo manejar en casa**

1

SITUACIÓN

Golpe en la cabeza (siempre urgencia aunque no sangre)

⚡ Problema

Un golpe en la cabeza puede causar sangrado interno sin signos externos. En hemofilia, es una emergencia médica siempre.

⚠ Advertencia

Nunca esperés a ver moretones o síntomas neurológicos. Si hay golpe, actuá de inmediato.

✅ Solución

Aplicá hielo (nunca directamente) y andá al hospital de urgencias. No le des aspirina ni antiinflamatorios.

2

SITUACIÓN

Sangrado en articulación (hemartrosis) — señales y qué hacer

⚡ Problema

El sangrado en rodillas, tobillos o codos causa dolor, hinchazón y calor. Si no se trata, daña la articulación a largo plazo.

⚠ Advertencia

No moviles la articulación ni le pongas calor. El reposo y el frío son claves, pero necesitás factor de coagulación.

✅ Solución

Inmovilizá, aplicá hielo (20 min cada 2h) y administrá factor según pauta. Si no mejora en 24h, consultá.

3

SITUACIÓN

Sangrado muscular profundo

⚡ Problema

Un sangrado en el músculo puede pasar desapercibido al principio, pero causa dolor, debilidad y puede comprimir nervios.

⚠ Advertencia

No masajees la zona ni uses calor. El masaje puede aumentar el sangrado.

✅ Solución

Reposo, hielo y elevación del miembro. Administrá factor y consultá si el dolor empeora o hay hormigueo.

4

SITUACIÓN

Corte o herida en la piel

⚡ Problema

Una herida superficial puede sangrar más de lo normal, pero con presión suele controlarse. Lo importante es evitar infecciones.

⚠ Advertencia

No uses torniquetes ni puntos caseros. La presión directa es suficiente en la mayoría de los casos.

✅ Solución

Limpiá con agua y jabón suave, aplicá presión con gasa estéril durante 10-15 minutos. Si no para, andá a urgencias.

5

SITUACIÓN

Sangrado interno sin causa visible

⚡ Problema

Dolor abdominal, lumbar o de cabeza sin golpe aparente puede indicar sangrado interno. Es una emergencia silenciosa.

⚠ Advertencia

No lo atribuyas a "un dolor normal". Si hay hemofilia, todo dolor intenso sin causa clara merece consulta.

✅ Solución

Ante dolor agudo, fiebre o malestar general, acudí a urgencias. No esperés a que aparezcan moretones.

6

SITUACIÓN

Cuándo ir a urgencias vs cuándo manejar en casa

⚡ Problema

Muchas familias dudan y terminan llegando tarde o yendo por algo que podían manejar en casa.

⚠ Advertencia

Si hay sangrado articular, muscular profundo, golpe en la cabeza o dolor intenso, siempre urgencias.

✅ Solución

En casa: cortes leves, pequeños hematomas sin dolor.
En urgencias: cualquier sangrado que no ceda, dolor agudo o signos de alarma.

¿Querés estar mejor preparado?

En HemofiliaFamilias encontrás guías, talleres
y acompañamiento para vivir la hemofilia con
más calma y menos incertidumbre.

Accedé a más recursos

hemofilia.vienebienia.com