



Dr. Mário Luiz Brusque

CRM 117208

**Telefones:** Santo André: (11) 4994-9866 / 99913-5757

Alphaville: (11) 2151-5805 Jardim América: (11) 2151-8709

## *Orientação Alimentar para Pacientes Anticoagulados*

Dieta pobre em vitamina K é recomendada a pacientes que fazem uso de medicamentos cujo princípio ativo é a warfarina (ex: Marevan, Marcoumar Coumadin); também chamados anticoagulantes orais.

### **ALIMENTOS PROIBIDOS**

- Hortalças: aspargos, alface, hortelã, brócolis, mostarda, couve, espinafre, repolho, cebolinha, salsinha, folhas e talos de couve-flor, folha de nabo, almeirão, agrião, rúcula;
- Pepino com casca;
- Tomate verde;
- Fígado de boi, de frango ou de porco;
- Gema de ovo;
- Folhas de chá in natura e industrializadas (cidreira, ervas-doce, mate, hortelã, boldo, chão verde, puejo, alecrim, arruda, e outros chás feitos a base de folhas verdes);
- Grãos: de bico, lentilha, soja e ervilha verde;
- Algas marinhas;
- Óleo de soja, de semente de algodão, de canola, de oliva. Poderá ser consumido quando o mesmo for exposto a luz do dia ou à luz fluorescente por 2 dias, dar preferências as embalagens transparentes. Podem ser substituídos por óleo de milho.

### **RECOMENDAÇÕES GERAIS**

- Siga rigorosamente a orientações dadas;
- O sucesso de seu tratamento dependerá de sua alimentação;
- O uso dos alimentos proibidos inativa o efeito do medicamento (anticoagulante);
- Após a suspensão do medicamento (anticoagulante) espere 3 semanas para voltar a se alimentar com todos os alimentos.

Adaptado do Serviço de Nutrição e Dietética do Hospital Beneficência Portuguesa de São Paulo.

*Os textos publicados no site têm o objetivo de informar e não substituem a consulta médica.*