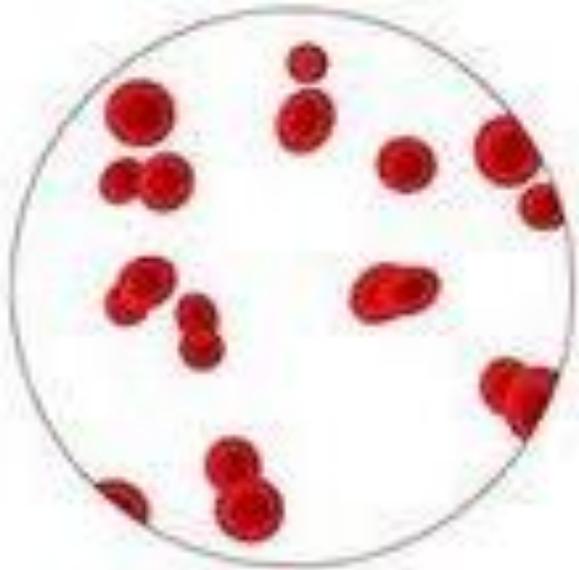
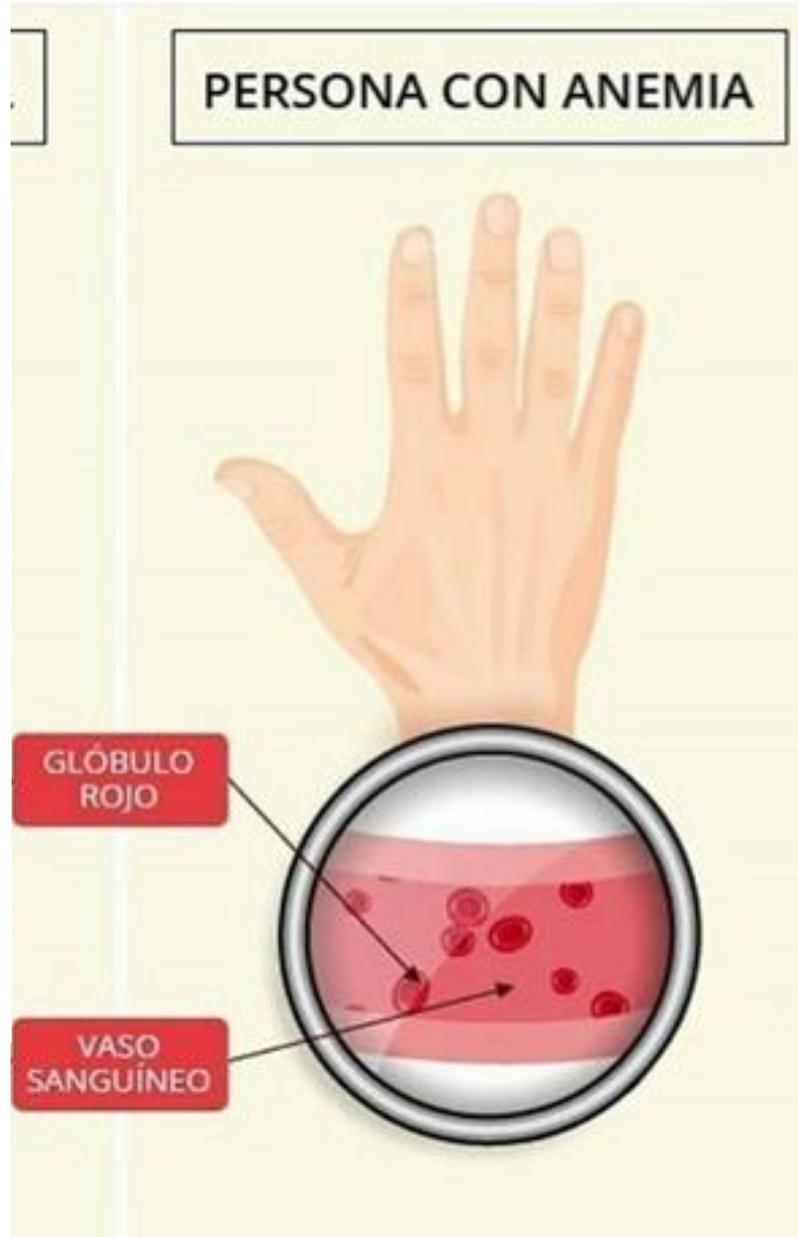


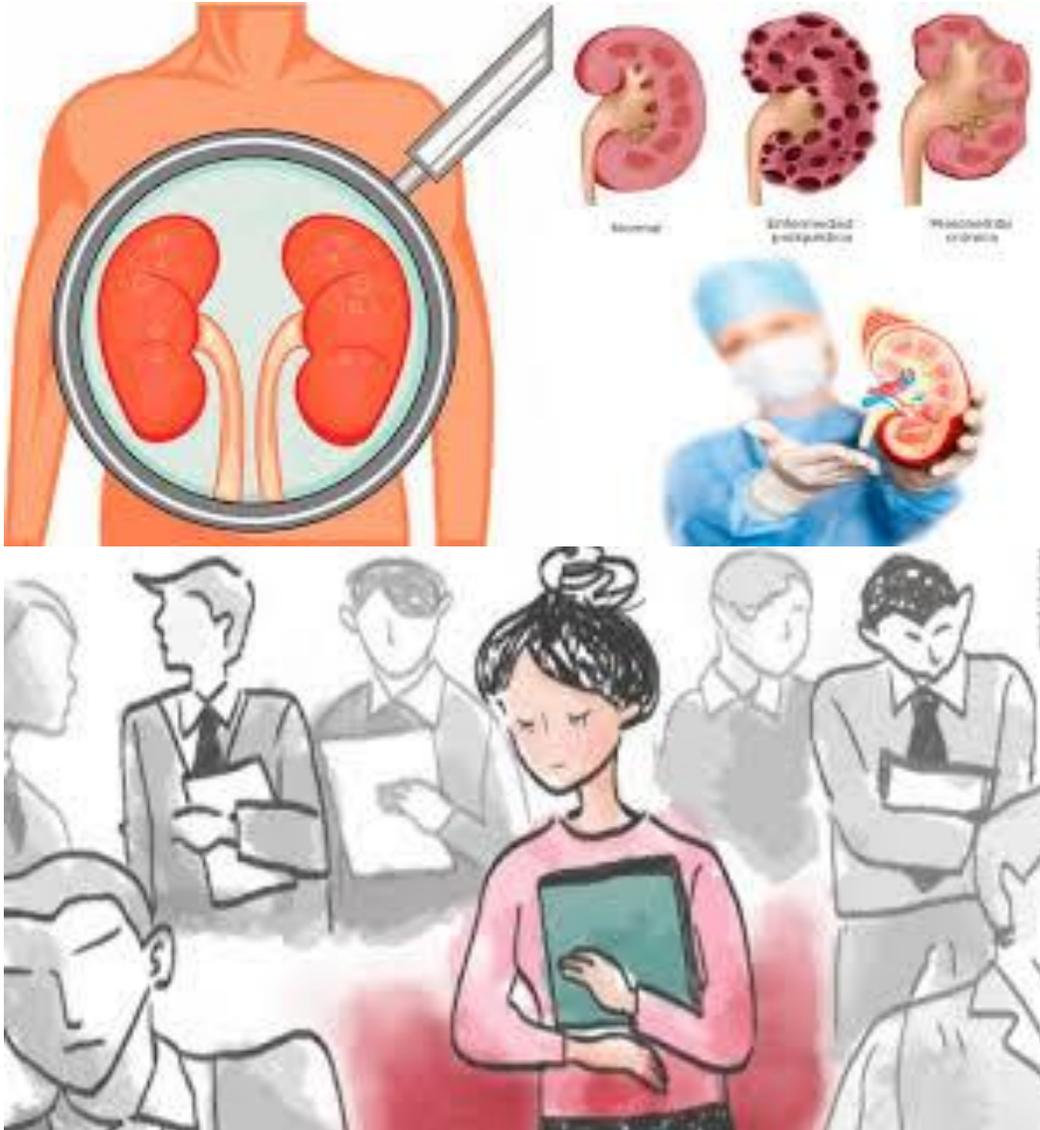
PERSONA CON ANEMIA



Anemia



Es una enfermedad que se presenta cuando en la sangre no hay un número suficiente de hematíes, o glóbulos rojos, para realizar un adecuado transporte de oxígeno a los tejidos corporales o su función es deficiente en algún sentido.

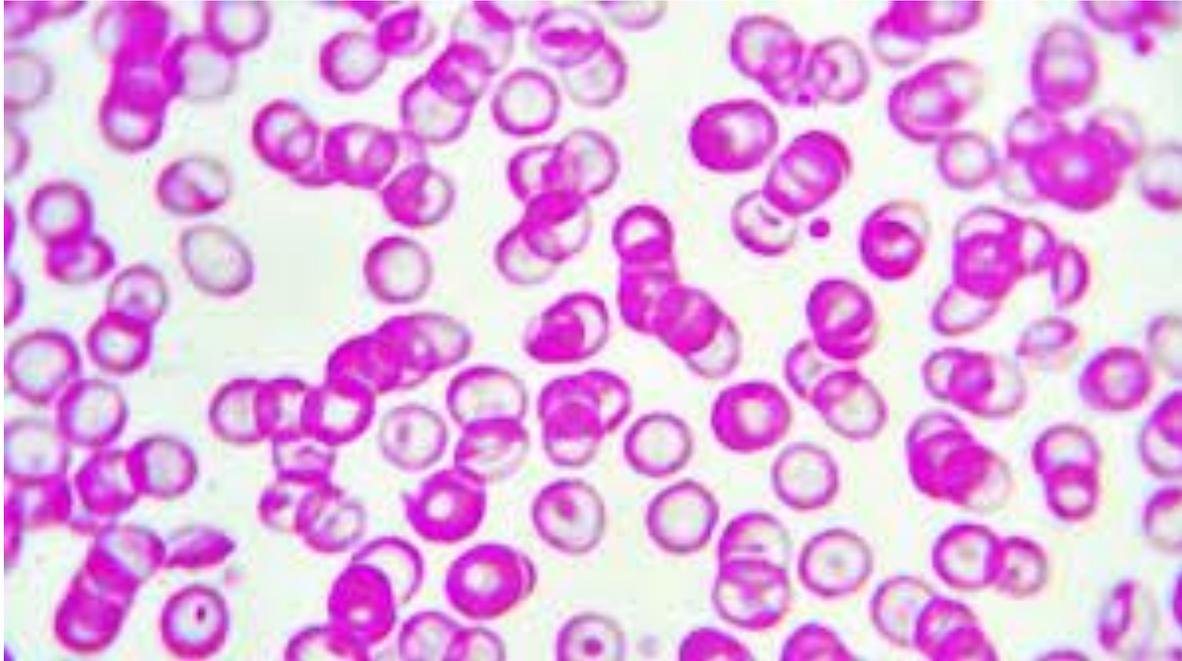


- La anemia puede afectar hasta al 1,5% de la población, de manera que es la enfermedad sanguínea más frecuente en nuestro entorno.
- Las mujeres y las personas con enfermedades crónicas tienen un mayor riesgo de anemia.
- Algunos tipos de anemia se pueden prevenir mediante una alimentación sana, variada y equilibrada.

- El síntoma principal de la mayoría de los tipos de anemia es la fatiga.
- Además, dependiendo de la gravedad de cada caso, pueden aparecer los siguientes signos y síntomas: debilidad, palidez de piel y mucosas (labios, encías, lechos ungueales, palmas de las manos), aumento de la frecuencia cardíaca, dificultad respiratoria, dolor torácico, mareos, irritabilidad, entumecimiento de manos y pies, extremidades frías o dolor de cabeza.
- En ocasiones, la anemia es tan leve que pasa inadvertida durante un tiempo, pero normalmente los signos y síntomas aparecen y aumentan con la progresión de la enfermedad.







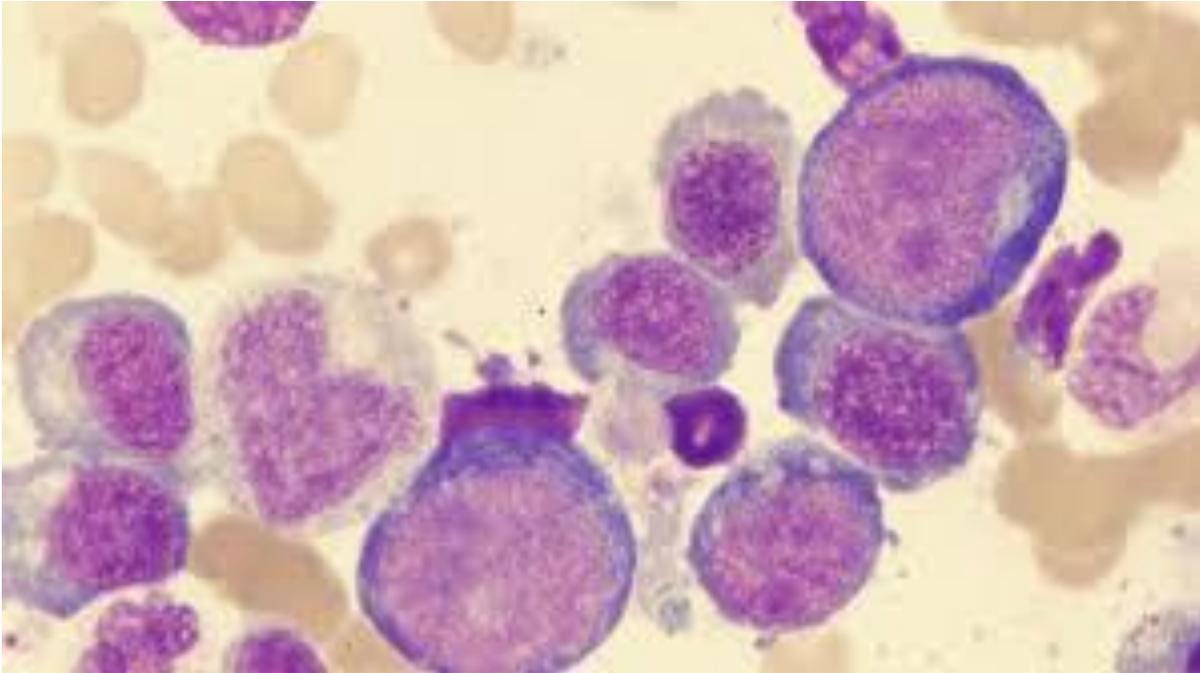
- Es la causa de anemia más frecuente y afecta a un 20% de las mujeres, alrededor del 50% de las embarazadas y al 3% de los hombres.
- La anemia ferropénica se debe a una deficiencia de hierro, el mineral necesario para la producción de la hemoglobina, la proteína de los hematíes que transporta e oxígeno a todas las células del organismo.
- Las principales causas son la falta de hierro a partir de la alimentación, la absorción inadecuada de hierro o la pérdida de sangre, por ejemplo a través de la menstruación o una hemorragia interna.



- Se produce gran fatiga, palidez cutánea, debilidad, disnea, mareos y con frecuencia manos y pies fríos.
- También, grietas en la piel de alrededor de los labios, inflamación o úlceras en la lengua, uñas frágiles, dolor de cabeza, falta de apetito, en particular en los niños, y susceptibilidad a las infecciones.
- el síndrome de las piernas inquietas, una sensación desagradable de calambres u hormigueo en las piernas que, en general, se alivia moviéndolas.

- *Pérdida de sangre.*
- *Falta de hierro en la dieta.*
- *Incapacidad para absorber hierro.*
- *Embarazo.*

- Se realiza mediante el hemograma y la determinación de las reservas de hierro, en particular la ferritina, que es una proteína que ayuda a almacenar el hierro en el organismo.



- Esta vitamina desempeña un papel importante en la producción de glóbulos rojos.
- Puede estar producido por una alimentación pobre en carne, huevos y leche, como la de los vegetarianos estrictos (veganos).
- La cirugía intestinal, las enfermedades malabsortivas o la infección por un gusano plano, parásito intestinal que contamina algunos pescados, son causas poco frecuentes.

### PROBLEMAS POR DÉFICIT B12



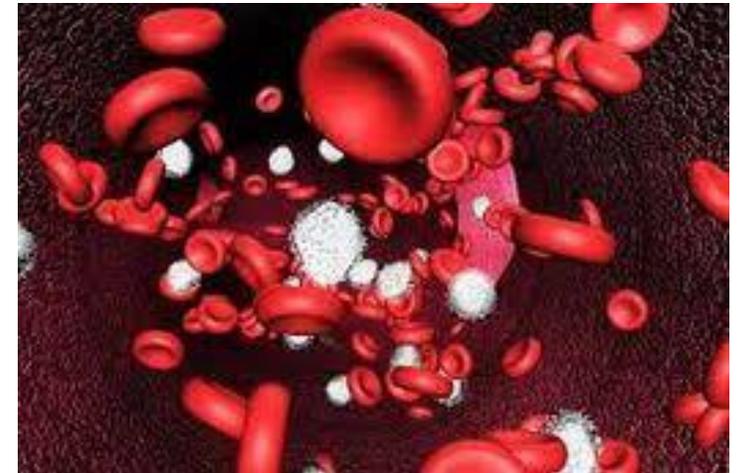
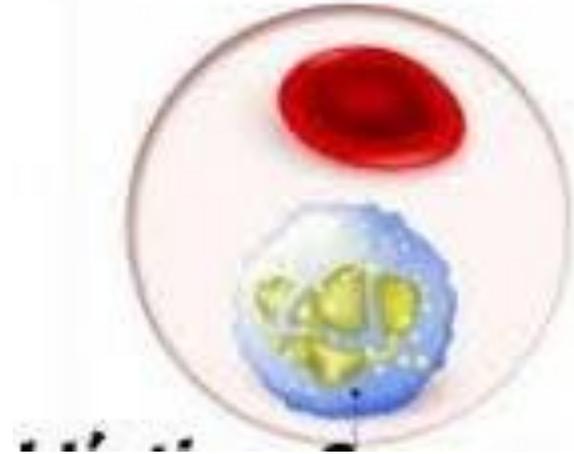
- Síntomas típicos de la anemia por cualquier causa, como la fatiga (que es el más frecuente), la palidez de piel y mucosas, el aumento de la frecuencia cardíaca, la dificultad respiratoria, la pérdida del apetito, la diarrea y el entumecimiento de pies y manos
- En la anemia por déficit de vitamina B<sub>12</sub> puede haber también coloración amarillenta u oscura de la piel, úlceras en la lengua y la boca, ceguera para el amarillo y el azul, y confusión mental o pérdida de memoria.

**Anemia perniciosa:**  
la causa es el hecho de que el estómago no produce en cantidad suficiente la proteína que favorece la absorción de la vitamina B12.

- La medición de los niveles de vitamina B<sub>12</sub> en sangre
- También se puede realizar la prueba del ácido metilmalónico en orina
- La prueba de Schilling, con ingestión de vitamina B<sub>12</sub> y factor intrínseco marcados radioactivamente y la medición de la cantidad absorbida de la primera

- **Anemia por deficiencia de ácido fólico o megaloblástica:** si la alimentación no aporta la cantidad suficiente de este nutriente, los glóbulos rojos aumentan su tamaño de forma anormal.
- **Anemias causadas por enfermedades crónicas:** ciertas enfermedades de origen inflamatorio, trastornos del sistema inmunitario, infecciones crónicas, cirrosis, o cáncer pueden afectar negativamente a la producción de glóbulos rojos.

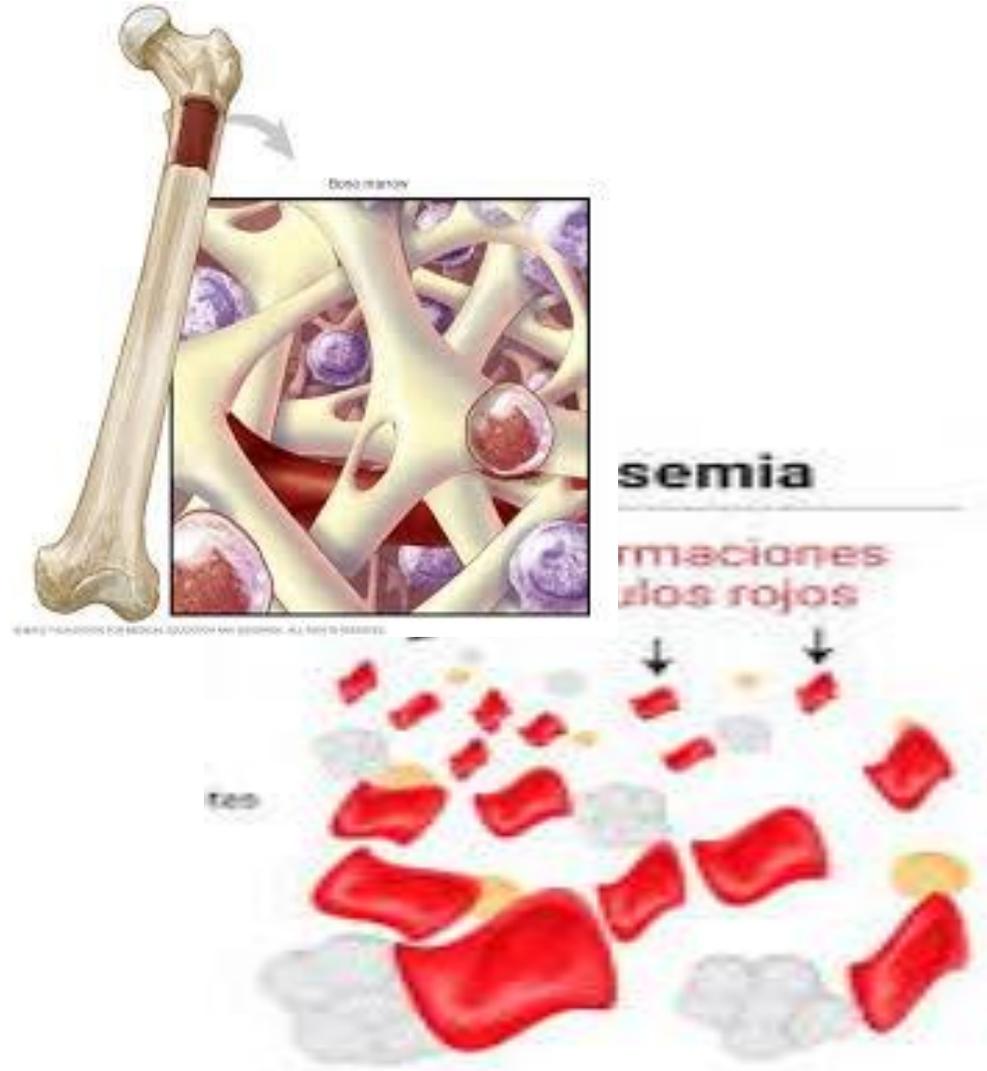
### *Anemia megaloblást*



- **Anemia drepanocítica:** es hereditaria y se caracteriza por la alteración de la hemoglobina al cambiar la forma de los glóbulos rojos, lo que reduce la cantidad de oxígeno que estos son capaces de transportar hasta los tejidos.
- **Anemia hemolítica:** en este caso es el propio sistema inmunitario el que destruye los glóbulos rojos.



- **Anemia aplásica idiopática:** no se conoce la causa, pero sí que ese dañan las células madres que se encargan de la producción de las células sanguíneas en la médula ósea.
- **Talasemia:** puede ser hereditaria. Se produce a consecuencia de un defecto en los genes que controlan la producción de los dos componentes de la hemoglobina, las globinas alfa y beta.





La debilidad, el cansancio prolongado y la palidez de la piel son los síntomas más frecuentes y reconocibles de la **anemia**, aunque pueden producirse otros:

- Problemas de concentración.
- Que las uñas se hagan quebradizas.
- Dolores de cabeza.
- Mareos al incorporarse, etc.



Como es lógico, el tratamiento de la **anemia** dependerá de cuál sea la causa que la origina y su gravedad:

- Tomar suplementos de hierro, vitamina B12 o ácido fólico.
- Medicamentos que inhiban el sistema inmunitario.
- Eritropoyetina, para ayudar a la médula ósea a fabricar más células sanguíneas.
- Transfusiones de sangre.



GRACIAS

[nombresanimados.net](http://nombresanimados.net)