



PAE

Nombre del alumno : Sharon Carolina Torres Trujillo

Docente : María José Hernández Méndez

Licenciatura : Bachillerato en técnico de enfermería

Fecha : 08/ 03/ 2025

# INTRODUCCIÓN

La anemia es uno de los trastornos más frecuentes en la medicina. A pesar de ser una condición común, a menudo se diagnostica y trata de forma inadecuada, y casi siempre se explica deficientemente a los pacientes.

Popularmente, la anemia se conoce como falta de sangre. Aunque este concepto no es del todo incorrecto, podemos ser más precisos. La anemia es la reducción del número de glóbulos rojos (también llamados hematíes o eritrocitos) en la sangre. Los glóbulos rojos son las células encargadas de transportar oxígeno a todos los órganos y tejidos del cuerpo. La anemia es uno de los trastornos más frecuentes en la medicina. A pesar de ser una condición común, a menudo se diagnostica y trata de forma inadecuada, y casi siempre se explica deficientemente a los pacientes.

La hemoglobina o Hb es un componente de los glóbulos rojos de la sangre, también conocidos como eritrocitos, la cual tiene como función principal transportar oxígeno hacia los tejidos.

La hemoglobina es el componente más importante del glóbulo rojo por ser la responsable por el transporte de oxígeno por la sangre. El hierro es un elemento esencial de la hemoglobina. Los niños de 5 – 9 años con carencia de hierro no logran producir hemoglobinas, que son necesarias para la producción de los hematíes. Una disminución de las hemoglobinas obligatoriamente lleva a una disminución de los hematíes, es decir, a la anemia.

# OBJETIVOS

Objetivo general:

Comprender la anemia en niños de 5 a 9 años, sus causas, consecuencias y estrategias de prevención para mejorar su salud y desarrollo.

Objetivos específicos:

1. Identificar las principales causas de anemia en niños de 5 a 9 años, como deficiencias nutricionales o enfermedades.
2. Analizar los efectos de la anemia en el crecimiento, el aprendizaje y el bienestar infantil.
3. Proponer estrategias de prevención y tratamiento adaptadas a la edad, incluyendo una alimentación adecuada y seguimiento médico.

# MARCO TEORICO

¿Qué es la hemoglobina? La hemoglobina o Hb es un componente de los glóbulos rojos de la sangre, también conocidos como eritrocitos, la cual tiene como función principal transportar oxígeno hacia los tejidos.

La hemoglobina es una molécula compuesta por cuatro cadenas polipeptídicas (globinas) y un grupo hemo que contiene hierro. Este hierro es el encargado de unirse al oxígeno, facilitando su transporte en la sangre.

Además de su función de transporte de gases, la hemoglobina también contribuye al mantenimiento del equilibrio ácido-base del organismo al actuar como un amortiguador. La concentración de hemoglobina en el eritrocito puede medirse por medio de exámenes de sangre convencional, como el hemograma, o por medio de un aparato de medición rápida, semejante al que se usa en la diabetes.

La función de la hemoglobina en el organismo es transportar el oxígeno desde los pulmones hacia los tejidos del cuerpo, y llevar el dióxido de vuelta a los pulmones para su eliminación. Así, garantiza el adecuado suministro de oxígeno a todas las células del cuerpo y la eliminación de residuos de dióxido de carbono.

Un aumento de niveles en la hemoglobina puede indicar deshidratación, enfermedades pulmonares crónicas o problemas cardíacos.

¿Qué es la anemia? La anemia es un problema que se produce cuando no tienes suficientes glóbulos rojos sanos o hemoglobina para transportar oxígeno a los tejidos del cuerpo. La hemoglobina es una proteína que se encuentra en los glóbulos rojos y transporta el oxígeno desde los pulmones a los demás órganos del cuerpo. Tener anemia puede provocar cansancio, debilidad y falta de aire.

Hay muchas formas de anemia. Cada una tiene su propia causa. La anemia puede ser de corta o larga duración. Puede variar de leve a grave. La anemia puede ser una señal de advertencia de una enfermedad grave.

Los tratamientos para la anemia implican tomar suplementos o someterse a procedimientos médicos. Llevar una alimentación sana puede evitar algunos tipos de anemia.

# Historia Natural

Historia natural de la enfermedad de : Anemia

Definición : es una condición medica caracterizada por la disminución de cantidad de glóbulos rojos o la cantidad de hemoglobina en la sangre

Periodo pie patogénico

**Agente:** disminución de Cantidad de glóbulos rojos  
**Huésped :** niñas y niños de 5-9 Años  
**Medio ambiente :**  
 Población mas afectada a menores de edad

Periodo patogénico

**Complicaciones :** ansiedad y depresió  
 Enfermedades cardiacas  
 Problemas de crecimiento y desarrollo

**Signos y síntomas Específicos :** fatiga , dolor de cabeza ,mareos ,palidez y problemas respiratorias

**Signos y síntomas inespecíficos :** debilidad , cansancio y falta de energía

<p><b>Promoción a la Salud :</b>                  Talleres de promoción a la anemia                  platicas sobre la enfermedad</p>	<p><b>protección especifica</b>                  consumo de hierro                  vitamina B12                  chequeos médicos regulares                  análisis de sangre</p>	<p><b>diagnostico precoz</b>                  toma rápida de hemoglobina</p>	<p><b>tratamiento oportuno</b>                  suplemento de hierro                  dieta rica en hierro                  inyecciones de hierro                  vitamina B12</p>	<p><b>limitación del daño</b>                  seguimiento de casos                  diagnostico precoz</p>	<p><b>Rehabilitación</b>                  seguimiento del plan nutricional prescrito                  seguimiento del paciente con terapia</p>
---	--	--	---	---	--

**PLAN DE CUIDADOS DE ENFERMERÍA:**

**Dominio:** 4 **Clase:** 3

**DIAGNÓSTICO DE ENFERMERÍA (NANDA)**

**Etiqueta (problema) (P):**

Fatiga 000093

**Factores relacionados (causas) (E)**

Anemia

**CARACTERÍSTICAS DEFINITORIAS (SIGNOS Y SINTOMAS)**

Dificultad para mantener la actividad física habitual  
 Expresa falta de energía  
 Expresa cansancio  
 Expresa debilidad  
 letargo

RESULTADO (NOC)	INDICADOR	ESCALA DE MEDICIÓN	PUNTUACIÓN DIANA
Nivel de Fatiga 0007 Definición : Gravedad de la Fatiga Generalizada Prolongada Observada O descrita	00701 agotamiento 00703 Estado de animo deprimido 00708 cefalea	1.grave . 2.sustancial 3.moderado 4. leve 5. ninguno	Mantener a 1 Aumentara 3  Mantener a 2 Aumentara 4  Mantener a 3 Aumentara a 5

**INTERVENCIONES**

**(NIC):  
monitorización  
nutricional (  
código ) 1160**

**ACTIVIDADES**

Realizar pruebas de laboratorio y monitoriza los resultados

Monitorizar el crecimiento y desarrollo

Evaluar el estado mental

Iniciar el tratamiento o derivar al paciente según proceda

Revisar otras fuentes de datos relativos al estado nutricional

**INTERVENCIONES**

**(NIC): vigilancia  
(código) 6650**

**ACTIVIDADES**

Observar la capacidad del paciente para realizar las actividades del autocuidado

Controlar el estado emocional

Vigilar la oxigenación y poner en marcha las medidas que promuevan una oxigenación adecuada de los órganos vitales

Comprobar la perfusión, si es el caso

Controlar el estado nutricional

## CONCLUSION

La anemia es debilidad , cuidado que es peligrosa ya que la produce indefensión ante todo virus , el complejo vitamínico te recomendarían de inmediato , pero sin duda un análisis de sangre podría descartar otros males , la medula es la que genera glóbulos rojos y los parámetros son importantes , blancos y plaquetas debería verse como están la aplasia medular puede producirla también y si la hubiera complica el cuadro , con solo anemia tratada a tiempo se salvan riesgos graves

La manera más sencilla de definir a la anemia es como la disminución en la cantidad de Hemoglobina en sangre. Pero más allá de esto habrá que identificar su causa; básicamente existen dos alteraciones posibles, la primera es la disminución en la producción y la segunda es un aumento en la destrucción de la hemoglobina. Al tomar una biometría hemática (BH) podemos obtener datos que nos orienten hacia una posible causa y así instaurar medidas para corregirla.

BIBLIOGRAFIA :

[Anemia: qué es, tipos, síntomas, causas y tratamiento](#)

# **ANEXO I**

## **VALORACIÓN SEGÚN EL MODELO DE VIRGINIA HENDERSON**

## 1. Respirar normalmente

Habitualmente respira por: la nariz  la boca

¿Tiene dificultad para respirar? No

Si  Especificar:

Fumador: No  Si  Ex fumador No  Si

Cantidad diaria de cigarrillos: \_\_\_\_\_ Pipa: \_\_\_\_\_  
Puros: \_\_\_\_\_

¿Cuándo lo dejó?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Posición, medicamentos o hábitos que mejoran / dificultan su respiración: \_\_\_\_\_

Calidad del aire en el entorno domestico: Buena En el laboral: Buena

Otros datos de interés:

\_\_\_\_\_

Área/s de dependencia: \_\_\_\_\_

## 2. Alimentarse e hidratarse adecuadamente

¿Dificultad para masticar? No  Si  ¿Para tragar? No  Si   
¿Para beber? No  Si

Especificar:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Requiere ayuda para comer /beber? No  Si

Especificar: \_\_\_\_\_

Habitualmente come: en casa  en el trabajo  otros  **Come :**  
solo  acompañado

¿Tiene apetito? No  Si  Número de ingestas /

día: 4 Horario:

Desayuno: 6: 00 am

Media mañana: 10: 00 am

Almuerzo: \_\_\_\_\_ Merienda: 4:00 pm

Cena: 9:30 pm

Otros: \_\_\_\_\_

Líquidos diarios: Cantidad: ½ litro Tipo: agua , licuados , te ,  
aguas naturales y jugos

Alimentos que le Gustan: chocolate , gelatinas , mandarinas ,  
sopas y caldos, verduras y carnes

Alimentos que le desagradan / le sientan mal: cebolla, ajo , etc.

Importancia de la alimentación sana: Buena

—  
Área/s de dependencia: restricción alimenticia a ciertos  
alimentos por ejemplo : al picante , café , comida muy  
condimentaría , cacahuates , fresas y chocolate

**Fuente:** Elaboración propia partiendo de las referencias de R. Alfaro, *Aplicación Práctica del Proceso Enfermero*, Masson, 2002. 2

### 3. Eliminar por todas las vías corporales

Frecuencia de la eliminación fecal: 1 Esfuerzo: No   
Si

Características de las heces: \_\_\_\_\_ Incontinencia: No   
Si  Diarrea: No  Si

Estreñimiento: No  Si  ¿qué hace para controlarlo? \_\_\_\_\_

¿Toma laxantes? No  Si  Tipo /

frecuencia: \_\_\_\_\_ Hábitos que ayudan dificultan la defecación:

\_\_\_\_\_

Frecuencia de la eliminación urinaria: 5 Alteraciones: No   
Si  Especificar:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué hace para controlarlo? \_\_\_\_\_

Características de la orina: transparente o amarillo

Hábitos que ayudan / dificultan la micción: el consumo de agua

Menstruación: No  Si  Duración: 5 días

Frecuencia: 30 días

Flujo vaginal: No  Si  Perdidas intermenstruales:  
No  Si

Sudoración: Escasa  Normal

Otros datos de interés:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Área/s de dependencia:

#### 4. Moverse y mantener posturas adecuadas

¿Cree que ha disminuido su movilidad? No  Si

Especificar: \_\_\_\_\_

¿Precisa inmovilización? No  Si  Especificar:

\_\_\_\_\_

¿Requiere ayuda para moverse? No  Si

Especificar: \_\_\_\_\_ ¿Hay alguna

postura que no pueda adoptar? No  Si

Especificar: \_\_\_\_\_

¿Tiene rigidez en alguna articulación o dificultad para realizar las actividades de la vida diaria? No  Si

Especificar:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Habitualmente hace alguna actividad física / deporte? No  Si

Especificar: ejercicio

Grado de actividad diaria: nulo  bajo  moderado  alto  muy alto

Otros datos de interés:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ Áreas de dependencia:

**Fuente:** Elaboración propia partiendo de las referencias de R. Alfaro, *Aplicación Práctica del 3 Proceso Enfermero*, Masson, 2002.

## 5. Dormir y descansar

Horas de sueño/día: 3 horas Nocturno: 5 horas Siesta: \_

\_\_\_\_\_ Otros: \_\_\_\_\_

¿Dificultad para conciliar el sueño? No  Si  ¿Para mantenerlo? No  Si

¿Al levantarse se siente cansado? No  Si   
¿Somnoliento? No  Si

¿Desde cuándo? ¿A qué lo atribuye? mal habito en los horarios de sueño

Si toma medicación para dormir, tipo / dosis:

\_\_\_\_\_

Recursos para inducir / facilitar el sueño:

\_\_\_\_\_

Otros datos de interés:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Áreas de dependencia:

## 6. Escoger ropa adecuada; vestirse y desvestirse

¿Su vestuario y calzado habitual resultan cómodos? No   
Si

¿Está condicionado por algo? No  Si  Especificar:

\_\_\_\_\_

¿Hay algún objeto /prenda que quiera llevar siempre? No   
Si  Especificar: \_\_\_\_\_

¿Requiere ayuda para ponerse / quitarse la ropa / calzado?  
No  Si

Especificar:

---

---

Qué importancia le da a la ropa: mucha

Otros datos de interes:

---

---

\_\_\_\_\_ Áreas de  
dependencia:

**7. Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales, adecuando la ropa y modificando el ambiente**

¿Es sensible al frío? No  Si  ¿Al calor? No   
Si

¿A los cambios de temperatura? No  Si

¿Su casa está acondicionada para el frío? No  Si   
¿Para el calor? No  Si

¿Habitualmente está en ambientes fríos? No  Si   
¿Calurosos? No  Si

Recursos que usa para combatir el frío / calor: calefacción

¿Sabe tomar la temperatura? No  Si  ¿Qué hace  
cuando tiene fiebre? Acudir al medico

Otros datos de

interés: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Área/s de dependencia:

**Fuente:** Elaboración propia partiendo de las referencias de R. Alfaro, *Aplicación Práctica del 4 Proceso Enfermero*, Masson, 2002.

### 8. Mantener la higiene corporal y la integridad de la piel

Baño: No  Si  Ducha: No  Si

Frecuencia: 2 Hora preferida: 8:00 pm

Frecuencia del: Lavado de pelo: todo los días Rasurado: 1 / por semana

Higiene dental: Cepillado de dientes: No  Si

Desayuno si Almuerzo si Cena si

Dentadura postiza: No  Si  Limpieza: producto / frecuencia: \_\_\_\_\_

¿Precisa ayuda para la higiene? No  Si

Especificar: \_\_\_\_\_ Otros

requerimientos higiénicos:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Qué importancia da a la higiene corporal? Mucha

Otros datos de interés:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ Área/s de dependencia

### 9. Evitar los peligros ambientales y lesionar a otras personas

Prácticas sanitarias habituales:

Vacunación: No  Si

Revisiones periódicas No  Si  Autoexploración:  
No  Si  Especificar: \_\_\_\_\_

Protección de las ETS: No  Si

Otras: \_\_\_\_\_

Nivel de seguridad en el trabajo: nulo  bajo   
adecuado

Nivel de seguridad en su barrio: nulo  bajo   
adecuado

Nivel de seguridad en su casa: nulo  bajo   
adecuado

¿En los dos últimos años ha sufrido pérdidas? No  Si  ¿Cambios corporales/funcionales? No  Si

Especificar:

\_\_\_\_\_

¿Cómo se ve y se siente físicamente? Bien

¿Cuáles son sus principales características como persona?  
Amable, responsable, ética, reservada etc.

Ante esta situación (motivo de la consulta) ¿cómo se siente? \_\_\_\_\_

¿Qué se siente capaz de lograr? \_ seguir estudiando hasta concluir una carrera profesional

¿Qué cree que puede ayudarle ahora? Hacer ejercicio y salir con amigos

¿Cómo suele afrontar los cambios/problemas? \_ platicar

¿Toma medicación, alcohol u otras drogas para sentirse mejor, relajarse, rendir más, etc? No  Si

Especificar:

\_\_\_\_\_

¿Sigue el tratamiento prescrito? No  Si  A veces

¿Por qué? \_\_\_\_\_

Otros datos de

interés: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Áreas de dependencia

**Fuente:** Elaboración propia partiendo de las referencias de R. Alfaro, *Aplicación Práctica del 5 Proceso Enfermero*, Masson, 2002.

### **10. Comunicarse con los demás expresando emociones, necesidades, opiniones o temores**

¿Se comunica satisfactoriamente con las personas de su entorno? No  Si

Especificar: por que les tengo confianza

¿Cuáles son las personas más importantes en su vida? Familia ,pareja y amigos

¿Suele relacionarse con ellas? No  Si  ¿Por qué?  
Porque siempre se encuentran en su entorno

¿Su situación actual ha alterado sus relaciones familiares/sociales? No  Si

Especificar:

---

---

¿Se considera extrovertido  introvertido ?

¿Con quién suele compartir sus problemas? Con su pareja

¿Dispone de esa/s persona/s? No  Si  ¿Por qué?  
Por confianza muta

¿Se siente integrado en su casa? No  Si  ¿Y en el trabajo? No  Si

¿Y en la escuela? No  Si  ¿Y en el barrio / pueblo? No  Si

¿Pertenece a alguna asociación / grupo? No  Si  ¿A cuál? \_\_\_\_\_

¿Le cuesta pedir/aceptar ayuda? No  Si  ¿ Por qué? \_\_\_\_\_

¿Sus relaciones sexuales son satisfactorias? No  Si   
¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Han sufrido cambios/problemas? No  Si   
Especificar: \_\_\_\_\_

¿Usa algún método anticonceptivo? No  Si

Especificar: \_\_\_\_\_

¿Está satisfecho/a con

él? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Otros datos de interés:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Área/s de dependencia:

### 11. Vivir de acuerdo con sus propios valores y creencias

¿Sus ideas/creencias influyen en su alimentación? No

Si  ¿En el vestir? No  Si

¿En los cuidados de salud? No  Si  ¿Y en otros aspectos? No  Si

Especificar:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Su situación actual interfiere con el seguimiento de sus ideas/creencias? No  Si

Especificar:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

En su situación actual sus ideas/creencias  le ayudan   
no le ayudan  no interfieren

¿Le cuesta tomar decisiones? No  Si  ¿Por qué? \_\_\_\_\_

Otros datos de interés:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Area/s de dependencia:

**Fuente:** Elaboración propia partiendo de las referencias de R. Alfaro, *Aplicación Práctica del 6 Proceso Enfermero*, Masson, 2002.

**12. Ocuparse en algo de tal forma que su labor tenga un sentido de realización personal**

Vive: solo  con su familia  con amigos  con otras personas

Número de personas con las que comparte la casa: 4

¿Representa eso un problema? No  Si  Especificar:

\_\_\_\_\_

Ocupación principal: estudio

Trabajo remunerado fuera de casa  en casa   
trabajo doméstico  estudios  otros

Otras ocupaciones importantes: el trabajo

¿Su situación actual ha comportado cambios en sus ocupaciones? No  Si

Especificar:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Cómo repercuten en su vida estos cambios? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Qué cree que puede ayudarle a afrontarlos? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Cómo repercuten en su familia? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Otros datos de interés:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Área/s de dependencia

### 13. Participar en actividades recreativas

¿Se aburre cuando no trabaja en su ocupación habitual?

No  Si

Pasatiempos / distracciones habituales: ver películas y actividad física

Horas a la semana que les dedica: 2 por día

El tiempo de ocio lo pasa: sólo  con la familia   
con amigos

¿Su situación de salud ha cambiado sus pasatiempos / distracciones? No  Si

Especificar:

---

---

Otros datos de interés:

---

---

---

\_\_\_\_\_ Area/s de

dependencia:

**Fuente:** Elaboración propia partiendo de las referencias de R. Alfaro, *Aplicación Práctica del 7 Proceso Enfermero*, Masson, 2002.

**14. Aprender, descubrir o satisfacer la curiosidad que conduce a un desarrollo normal y a utilizar los recursos disponibles.**

Nivel de escolarización: Sabe leer y escribir   
EGB  FP

Estudios secundarios  Estudios universitarios

¿Presenta dificultad para el aprendizaje? No  Si

Especificar:

\_\_\_\_\_

Quando desea saber algo sobre su salud recurre a: la familia  los amigos  el médico

La enfermera  libros  otros

¿Qué información sobre su salud necesita / desearía?  
Prevención de enfermedades

¿Conoce algún recurso comunitario que pueda serle útil?  
No  Si

Otros datos de interés:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Área/s de dependencia:

**Otros datos relevantes**

¿Hay algo que quiera añadir? \_\_\_\_\_

¿Hay algo que desee preguntarme? \_\_\_\_\_

¿Hay algo que desee consultar con otro profesional? \_\_\_\_\_

–

De todo lo hablado ¿qué le parece lo más importante o le preocupa más? Sueño / descanso

## **ANÁLISIS DE LOS DATOS**

**1.- Extracción de los datos –clave** (describa las necesidades dependientes, teniendo como referente el siguiente cuadro):

### **Situación de autonomía**

- 0 Autónomo
- 1 Necesidad de ayuda material
- 2 Necesidad de ayuda de otra persona
- 3 Necesidad de ayuda material y de otra persona
- 4 Necesidad de ayuda total

**Fuente:** Elaboración propia partiendo de las referencias de R. Alfaro, *Aplicación Práctica del 8 Proceso Enfermero*, Masson, 2002.

**2.- Problemas colaborativos** (Agrupación de signos y síntomas llamados a vigilar/controlar)

**Diagnósticos de Enfermería** (Relación de factores contribuyentes y características definitorias)

**Fuente:** Elaboración propia partiendo de las referencias de R. Alfaro, *Aplicación Práctica del 9 Proceso Enfermero*, Masson, 2002.

## BIBLIOGRAFIA

[Hemoglobina: ¿Qué Es? Función, Tipos, Valores Normales y Talasemia](#)

[Anemia - Síntomas y causas - Mayo Clinic](#)