



Anemia

¿Qué es la anemia?

La anemia es una afección en la que el número de glóbulos rojos o la concentración de hemoglobina dentro de estos es menor de lo normal. La hemoglobina es necesaria para transportar oxígeno y si una persona tiene muy pocos glóbulos rojos, si estos son anómalos o no hay suficiente hemoglobina, ello disminuirá la capacidad de la sangre para transportar oxígeno a los tejidos del organismo.

La anemia puede ser leve, moderada o severa (muy mal). También puede ser un problema temporal o más duradero, esta enfermedad puede ser diagnosticada y tratada.

Al principio, la anemia puede ser tan leve que pase desapercibida. Por lo general, los síntomas aparecen y empeoran a medida que la anemia evoluciona. Los síntomas pueden incluir:

- Fatiga (cansancio extremo; puede ser de leve a severa)
- Dificultad para la respirar; sentirse falta de aliento
- Frecuencia cardíaca rápida (palpitaciones rápidas, aunque esté en reposo)
- Piel pálida (más descolorida de lo normal)
- Disminución del color rosado de los labios, las encías, el revestimiento de los párpados, lúnula de la uña y las palmas de las manos
- Sentir frío
- Confusión o pérdida de concentración
- Mareos o desmayos

¿Qué ocasiona la anemia?

En general hay muchas causas posibles de anemia, que incluyen:

- Muy poco hierro.
- Déficit de Vitamina B
- VIH
- Daño a los riñones o a la médula ósea
- Algunas condiciones de tiroides



En las mujeres el tipo de anemia más común es la anemia debida a la **deficiencia de hierro**. Las mujeres son especialmente propensas a desarrollar este tipo de anemia debido a varias razones.

1. Las mujeres de 12 a 49 años pierden sangre aproximadamente una vez al mes durante sus períodos. El hierro es necesario para hacer nueva sangre que reemplazará la sangre que se pierde con cada período menstrual. El riesgo de anemia es más alto entre las mujeres con períodos que son especialmente largos o incluyen un sangrado muy intenso. Algunas mujeres también pierden hierro por fibromas uterinos (tumores no cancerosos dentro de la matriz) que sangran lentamente o por sangrados causados por el uso de ciertos dispositivos intrauterinos (DIU) para el control de la natalidad.
2. Las mujeres necesitan hierro adicional durante el embarazo para el desarrollo de sus bebés. Las mujeres embarazadas necesitan **un 50 por ciento más de hierro de lo normal (27 mg por día en lugar de los 18 mg habituales por día)**, también pierden sangre durante el parto. Es importante que las mujeres que están embarazadas o que planean quedar embarazadas revisen sus niveles de hierro en sus controles prenatales para evitar procesos anémicos durante el embarazo.

¿Cuál es el diagnóstico y tratamiento?

A través de un estudio de sangre llamado: Biometría hemática, con ella la anemia generalmente se diagnostica midiendo la hemoglobina y el hematocrito (HCT).

En las mujeres embarazadas es necesario realizar controles prenatales con visitas al médico, para analizar la necesidad de vitaminas con base a estudios de rutina.

Si tiene alguna duda con relación a los estados anémicos acuda con su médico para resolver dudas y en caso de ser necesario le proporcione tratamientos específicos.

Bibliografía:

- OMS Anemia: https://www.who.int/es/health-topics/anaemia#tab=tab_1
- The wellproject: https://www.thewellproject.org/informacion_sobre_el_vih/salud-y-problemas-medicos/anemia-en-las-mujeres#:~:text=El%20tipo%20de%20anemia%20m%C3%A1s,al%20mes%20durante%20sus%20per%C3%ADodos.



LOCKTON[®]

UNCOMMONLY INDEPENDENT