

Blood Management Institute

Cooperman Barnabas
Medical Center

RWJBarnabas
HEALTH

Anemia.....	3
Tratamiento de la anemia	4
Grupo sanguíneo Rh-Negativo y el embarazo	7

**Para comunicarse con el Instituto de Gestión de Sangre
(Blood Management Institute) en Cooperman Barnabas Medical
Center, sírvase llamar al 973-322-2950.**

Anemia

La anemia es una condición en la cual hay menos glóbulos rojos o hemoglobina en la sangre de lo normal. La hemoglobina es la parte de los glóbulos rojos que lleva el oxígeno a los tejidos del cuerpo. La anemia se presenta por no llegar suficiente oxígeno a estos tejidos.

Síntomas

Los síntomas pueden ocurrir de repente o se pueden desarrollar lentamente. Entre estos se encuentran:

- Fatiga
- Debilidad
- Mareo
- Dolor de cabeza
- Temperatura corporal baja
- Palidez
- Pulso rápido o irregular
- Falta de aire o dolor en el pecho, sobre todo con actividad física

Causas

Entre las causas comunes de la anemia se encuentran:

- Sangrado excesivo
 - » El sangrado puede ser interno o externo. Esto incluye el sangrado de períodos abundantes o de úlceras o pólipos de colon.
- Mala nutrición
 - » Las sustancias nutritivas tales como el hierro, la vitamina B12 y el folato son necesarias para la producción de glóbulos rojos. Una dieta deficiente puede provocar una reducción en la producción de glóbulos rojos.
- Enfermedades crónicas
 - » Riñón, tiroides, y enfermedad hepática
 - » Cáncer
 - » VIH/SIDA
- Trastornos sanguíneos
- Trastornos de la médula ósea que reducen la producción de glóbulos rojos de la sangre

- Problemas del bazo que aumentan la destrucción de glóbulos rojos.
- Destrucción excesiva de glóbulos rojos debido a infección, medicamentos y enfermedades autoinmunes.

Diagnosis

Con frecuencia se necesitan pruebas adicionales de la sangre. Éstas ayudan a su proveedor de salud a determinar cuál es el mejor tratamiento para usted.

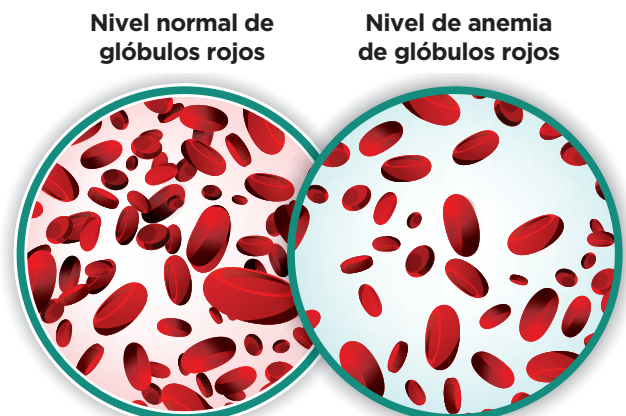
Tratamiento

El tratamiento varía según la causa de la anemia. El tratamiento puede incluir:

- Suplementos de hierro, de vitamina B12 o de ácido fólico
- Agentes estimulantes de la eritropoyetina (ESAs, por sus siglas en inglés)
- Transfusión de sangre
- Cambios dietéticos
- Posiblemente sea necesario ingresar al hospital si hay una continua pérdida de sangre abundante

Anemia y cirugía

La anemia preoperatoria se asocia con los malos resultados, como una recuperación más lenta. La anemia también se asocia con el riesgo elevado de transfusión de sangre. Para obtener mejores resultados, de ser posible es mejor corregir la anemia antes de la cirugía.





Anemia y embarazo

La anemia sin tratamiento durante el embarazo puede conllevar a complicaciones como el nacimiento prematuro del bebé, abortos espontáneos, peso bajo del bebé al nacer y depresión después del parto. La anemia también se asocia con el riesgo elevado de transfusiones de sangre, ya sea en el parto vaginal o de cesárea. Se recomienda el tratamiento de la anemia antes del parto para obtener los mejores resultados.

Tratamiento de la anemia

Hierro

El hierro es un mineral en el cuerpo que afecta la hemoglobina directamente. La hemoglobina es una proteína que ayuda a la sangre a llevar oxígeno a los órganos.

Si su cuerpo no tiene suficiente hierro, no podrá producir la hemoglobina que necesita para funcionar al máximo físicamente.

Terapia intravenosa de hierro

La terapia intravenosa (IV, por sus siglas en inglés) de hierro es una infusión de hierro en la cual el hierro se administra directamente en la sangre mediante el uso de un catéter intravenoso.

Los efectos secundarios son infrecuentes, pero pueden incluir:

- Picazón
- Erupción
- Enrojecimiento
- Dolor muscular y de las articulaciones
- Fiebre
- Dolor en el pecho
- Inflamación en el área de la inyección
- Anafilaxia*

**Menos del 1% tiene una reacción de anafilaxia.*

Notifique inmediatamente al personal clínico si presenta alguno de estos síntomas.

La preparación para la terapia intravenosa de hierro

- Deje de tomar el hierro por vía oral
- No tiene que estar en ayunas

Terapia de infusión de hierro y el embarazo

La terapia intravenosa de hierro durante el embarazo es completamente segura. El tratamiento se aplica en dosis más bajas con más frecuencia para garantizar la seguridad de la madre y del bebé.

Alimentos ricos en hierro

El consumo de alimentos ricos en hierro junto con la terapia intravenosa de hierro puede ser muy beneficioso.

Los alimentos que son una fuente excelente de hierro son:

- Los vegetales verdes (espinaca, berza, acelga, brócoli, arvejas)
- Frutas secas (albaricoques, ciruelas, ciruelas pasas, duraznos, dátiles)
- Legumbres (lentejas, garbanzos, semillas de soja)
- Hígado y otras vísceras
- Carne roja
- Semillas de calabaza
- Mariscos

Tratamientos suplementarios

Vitamina C

La Vitamina C refuerza su sistema inmune y ayuda a combatir enfermedades. La Vitamina C junto con el hierro lleva a la absorción mejor del hierro en el cuerpo.

Alimentos ricos en Vitamina C

- Frutas (naranjas, fresas, kiwi, guayaba, pomelo [toronja])
- Vegetales (brócoli, pimientos dulces amarillos, rojos y verdes, espinaca)
- Hierbas secas (cilantro)

Vitamina B12

La Vitamina B12 es una vitamina esencial que se requiere para que el cuerpo funcione debidamente. Ayuda en la formación de glóbulos rojos y ultimadamente puede prevenir la anemia.

Vitamina B12 y el embarazo

La Vitamina B12 es esencial para la formación del tubo neural del bebé y el desarrollo del cerebro y la columna vertebral. Cuando se combina con folato (o ácido fólico), la Vitamina B12 trabaja para producir glóbulos rojos. El mantener los niveles de vitamina B12 saludables, también mejorará sus niveles de energía y de tensión.



Fuentes alimenticias de Vitamina B12

- Huevos
- Productos lácteos (yogur, leche, queso)
- Carnes y aves
- Pescado (salmón, cacalao, trucha)
- Mariscos (camarones, ostras, almejas)
- Cereales fortificados (cualquier cereal al que se le añadan vitaminas adicionales.)*

Ácido fólico

El ácido fólico es una forma de Vitamina B llamada Folato. El cuerpo la utiliza para producir glóbulos rojos normales, así como para producir y reparar el ADN. El ácido fólico es esencial para el crecimiento y el desarrollo normal.

Ácido fólico y el embarazo

El ácido fólico ayuda a prevenir defectos de nacimiento graves que afectan el cerebro, la médula espinal y la columna vertebral (defectos del tubo neural). El Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (The American College of Obstetricians and Gynecologists), El Centro para el control y la prevención de enfermedades (The Center for Disease Control and Prevention) y The March of Dimes recomiendan a las mujeres en edad fértil que tomen 400 mcg de ácido fólico a diario.

Fuentes alimenticias con ácido fólico

- Legumbres
- Huevos
- Vegetales (espinaca, col de Bruselas, espárragos, brócoli, remolacha)
- Frutas
- Nueces y semillas
- Cereales y granos fortificados

Para más información acerca de los alimentos, visite www.myfooddata.com, activado por el Departamento de agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés).

Eritropoyetina

La eritropoyetina (EPO, por sus siglas en inglés) es una hormona que se produce en el riñón y estimula la médula ósea para producir glóbulos rojos. Los glóbulos rojos producen hemoglobina y previenen la anemia.

- La EPO recombinante es una versión sintética o “hecha por el hombre” de la hormona
- La EPO NO es un producto sanguíneo, pero algunas formas contienen fracciones de sangre (una proteína de sangre donada)
- La EPO recombinante se administra a través de una inyección

Posibles efectos secundarios:

- Presión arterial alta
- Inflamación
- Fiebre
- Náusea
- Dolor en el área de la inyección

Notificar inmediatamente al personal clínico si presenta alguno de estos síntomas.

Grupo sanguíneo Rh-Negativo y el embarazo

Durante su embarazo, usted debe esperar que se le hagan pruebas para determinar su grupo sanguíneo y su factor Rh. Su factor Rh puede desempeñar un papel importante en la salud de su bebé, de manera que es importante saber esta información.

¿Qué es el grupo sanguíneo?

El grupo sanguíneo indica los marcadores que se encuentran en la superficie de sus glóbulos rojos (RBCs, por sus siglas en inglés). Su grupo sanguíneo puede ser A, B, AB u O.

¿Qué es un Factor Rh?

Un Factor Rh es una proteína que se encuentra en algunos glóbulos rojos. Los que portan esta proteína se consideran Rh-positivos y los que no portan esta proteína se conocen como Rh-negativos.

Yo soy Rh-negativo y estoy embarazada. ¿Qué significa esto?

Si usted es Rh-negativo y va a tener un bebé que es Rh-positivo, usted puede estar expuesta a la sangre de su bebé durante el embarazo o al dar a luz. Su cuerpo puede producir anticuerpos que pueden dañar o destruir los glóbulos rojos que son Rh-positivos.

El ser Rh-negativo no va a dañar a su bebé durante su primer embarazo. No obstante, durante su próximo embarazo, si usted está embarazada con otro bebé Rh-positivo, los anticuerpos que su cuerpo produjo cuando estuvo expuesta por la primera vez pueden pasar al flujo sanguíneo del bebé y atacar los glóbulos rojos del bebé. Esto se conoce con el nombre de sensibilización Rh. La sensibilización Rh puede causar anemia fetal (bajo nivel de hierro en la sangre), aborto espontáneo, muerte fetal, o enfermedad hemolítica del recién nacido – una condición en la cual los glóbulos rojos del bebé se inflaman y se descomponen. Afortunadamente, la sensibilización Rh no es común porque las mujeres que son de Rh-negativo pueden conseguir una inyección para que sus cuerpos dejen de producir anticuerpos para la sangre Rh-positiva.

¿Qué es RhoGAM?

RhoGAM es una inmunoglobulina Rh que evita que usted produzca anticuerpos que ataquen las células sanguíneas Rh positivas, RhoGAM es un medicamento por receta que se administra a través de una inyección intramuscular. Por lo regular se pone como se indica a continuación:

- A las 28 semanas del embarazo (primera dosis)
- 72 horas después del parto (segunda dosis)

Una mujer también puede conseguir RhoGAM si ha tenido un aborto espontáneo, una amniocentesis, o algún sangrado durante el embarazo.

Si usted está embarazada y le preocupa su tipo de sangre Rh, por favor, consulte a su proveedor de cuidados de salud. Para programar una cita en el Blood Management Institute de Cooperman Barnabas Medical Center, sírvase llamar al 973-322-2950.

Para comunicarse con el Instituto de Gestión de Sangre (Blood Management Institute) en Cooperman Barnabas Medical Center, sírvase llamar al 973-322-2950.

Cooperman Barnabas Medical Center | **RWJBarnabas HEALTH**

94 Old Short Hills Road | Livingston, NJ 07039
973-322-5346

rwjbh.org/coopermanbarnabas

23236991-03/22

Revised 03-2022