



# Anemia en **ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA**

**CONOCIMIENTO/COMUNICACIÓN/TRATAMIENTO**

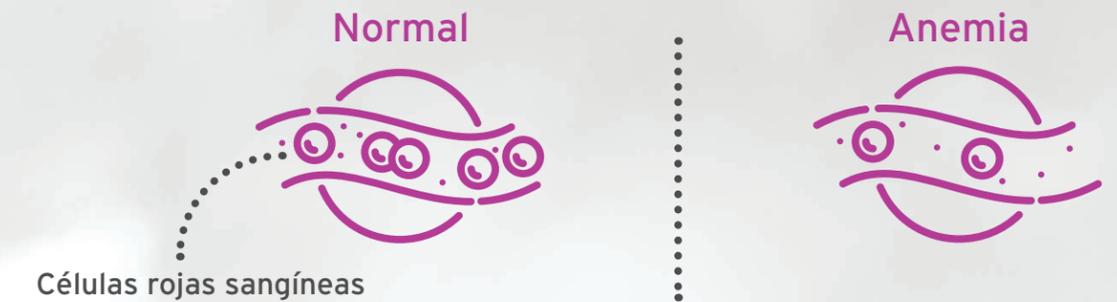


# ¿Qué es la anemia?

La anemia ocurre cuando no hay suficiente células rojas sanguíneas en su cuerpo.



Las células rojas sanguíneas transportan oxígeno a través de su torrente sanguíneo, dándole energía y ayudando a que sus músculos, huesos y órganos funcionen correctamente.



La anemia te puede hacer sentir débil y cansado porque usted no está obteniendo la energía que necesita.

## ¿Cómo la enfermedad renal crónica (ERC) causa la anemia?

Cualquiera puede desarrollar anemia, pero es muy común en personas con ERC. Las personas con ERC pueden comenzar a tener anemia en las primeras etapas de la ERC, y la anemia generalmente empeora a medida que la ERC empeora. Si sus riñones no están funcionando tan bien como deberían, es más probable que aparezca la anemia.

La anemia en la ERC es más común si usted:



Tiene diabetes



Tiene una enfermedad cardíaca



Tiene presión arterial alta



Es afro-americano



Si es mayor de 75 años

Si usted cree que puede estar en riesgo, **hable con su médico** acerca que le haga una prueba. El manejo de la anemia y sus síntomas puede **resultar en una mejor calidad de vida**.

Médicos e investigadores están trabajando en nuevos tratamientos potenciales para la anemia. Nuevos tratamientos en desarrollo son probados en estudios clínicos.

Si usted está interesado en participar en estudios clínicos para probar un tratamiento nuevo de investigación para la anemia, hable con su médico.



American Kidney Fund®

[KidneyFund.org/anemia](https://www.kidneyfund.org/anemia)



# ¿Cuáles son los signos de anemia en la ERC?

La anemia puede ocurrir con o sin síntomas. Muchos de los síntomas de la anemia también pueden ser causados por otros problemas. La única manera de chequear si usted tiene anemia es con un examen. Si usted está experimentando síntomas, es importante que hable con su médico.



**Mareos, pérdida de la concentración**  
Sentir mareos o tener dificultad para concentrarse puede ser un signo de que su cerebro no está recibiendo suficiente oxígeno.



**Cansancio o debilidad**  
Sentirse cansado fácilmente, tener poca energía y sentirse débil.



**Piel pálida**  
La palidez es causada por una reducción del flujo sanguíneo o un número bajo de células rojas sanguíneas.



**Dificultad para respirar**  
Puede ser que su sangre no tenga suficiente células rojas sanguíneas para llevar oxígeno a sus músculos. Su cuerpo intenta obtener más oxígeno haciéndolo respirar más rápido.



**Sentir frío**  
La sensibilidad al frío puede significar que usted no tiene suficientes células rojas sanguíneas para llevar oxígeno a su cuerpo.



**Dolor torácico**  
La anemia en la ERC puede aumentar su riesgo de problemas cardíacos debido a que el corazón tiene que trabajar más fuerte para distribuir la sangre entre su cuerpo. Si experimenta un ritmo cardíaco inusualmente rápido o si está preocupado por su salud cardíaca, por favor hable con su médico.

## Hay dos causas principales de anemia en la ERC:

### Menos eritropoyetina de lo normal

Todas las células en su cuerpo viven un cierto tiempo y luego mueren. Las células rojas sanguíneas viven alrededor de 115 días. Su cuerpo trabaja continuamente para producir células nuevas que reemplacen las que han muerto. Sus riñones ayudan a su cuerpo para que produzca células rojas sanguíneas.

Los riñones sanos producen una hormona llamada eritropoyetina (EPO). La EPO envía una señal al cuerpo para que produzca más células rojas sanguíneas. Si sus riñones no están trabajando tan bien como deberían, no pueden producir suficiente EPO. Sin suficiente EPO, su cuerpo no sabe producir suficiente células rojas sanguíneas. Esto significa que pocas células rojas sanguíneas están disponibles para llevar el oxígeno a través de su cuerpo.



### Menos hierro que lo normal

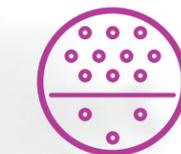
El hierro es un mineral que se encuentra en muchos alimentos, así como carnes y legumbres de hojas verdes. Su cuerpo utiliza al hierro para fabricar células rojas sanguíneas. Una causa común de anemia en personas con ERC es la deficiencia de hierro. Deficiencia de hierro significa que usted no tiene suficiente hierro en su cuerpo. Esto puede deberse a que no ingiere suficiente hierro en su dieta o hay una pérdida sanguínea, por exámenes de sangre o durante la diálisis. Si usted no ingiere suficiente hierro en la dieta, usted puede obtener anemia. Alrededor de la mitad de las personas con ERC estadios 2 a 5 tienen algún nivel de deficiencia de hierro.

### Otras clases de anemia

Hay varias clases de anemia. Este manual trata sobre los tipos de anemia que son causados por tener muy poca EPO o muy poco hierro en su cuerpo. Estos tipos de anemia son los más comunes en personas con ERC. Hable con su médico para aprender más.



No ingerir suficientes alimentos ricos en hierro



El hierro en su alimento no está siendo absorbido correctamente en su torrente sanguíneo



Donar sangre con frecuencia o hacerse muchos análisis de sangre



Pérdida sanguínea por la diálisis

Si usted tiene ERC, **recibiendo tratamiento temprano** para su anemia puede ayudar a retardar el progreso de su ERC.

Si usted cree que podría tener anemia, **hable con su médico** acerca de hacerse una prueba.

## ¿Cómo se trata la anemia?

### Ser diagnosticado

Hable con su médico si piensa que puede tener anemia. Su médico puede hacer un simple análisis de sangre para verificar si usted tiene suficiente células rojas sanguíneas, y te puede preguntar si ha notado algún síntoma, como cambios en el color de la piel o sensación de cansancio inusual.

### Tratamiento de la anemia en la ERC

Tratando su anemia te puede ayudar a sentirse mejor. Dependiendo de la causa de su anemia, su médico puede recomendarle uno de los siguientes tratamientos:

- **Agentes estimulantes de la eritropoyesis (AEEs)** – AEEs son medicamentos que trabajan enviando una señal a su cuerpo para que produzca más células rojas sanguíneas.
- **Suplementos de hierro** – Su médico puede indicarle suplementos de hierro en píldoras o en inyección. Si usted está en diálisis, le pueden administrar suplementos de hierro durante su tratamiento de diálisis.

- **Transfusión de células rojas sanguíneas** – La transfusión de células rojas sanguíneas es un procedimiento que aumenta el número de células rojas sanguíneas en su cuerpo mediante la administración de células rojas sanguíneas del cuerpo de otra persona vía IV. En algunos casos, la transfusión de glóbulos rojos puede afectar si puede o no recibir un trasplante de riñón en el futuro.

**Médicos e investigadores están trabajando en nuevos tratamientos potenciales para la anemia. Los tratamientos nuevos en desarrollo se prueban en estudios clínicos. Si usted está interesado en ingresar a un estudio clínico para estudiar un nuevo tratamiento en investigación para la anemia, hable con su médico.**