healthmap

Anemia y enfermedad renal



¿Qué es la anemia?

La anemia significa que el cuerpo no tiene suficientes glóbulos rojos sanos. Los glóbulos rojos contienen una proteína llamada *hemoglobina*, que transporta oxígeno desde los pulmones hacia el resto del cuerpo. Cuando el nivel de hemoglobina es bajo, es posible que la persona sienta cansancio, debilidad, mareos o dificultad para respirar. La anemia se presenta con frecuencia en las personas que padecen enfermedad renal; sin embargo, se puede tratar.

¿Cuáles son los síntomas de la anemia?



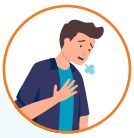
Sensación de cansancio o debilidad



Piel pálida



Uñas quebradizas



Dificultad para respirar o mareos



Dolores de cabeza



Manos y pies fríos



Irritabilidad o depresión



Deseos de comer cosas que no son alimentos, como tierra o masticar hielo

¿Cómo se diagnostica la anemia?

Su médico puede determinar si tiene anemia mediante un análisis de sangre llamado *hemograma completo* (CBC). Este análisis muestra el nivel de hemoglobina. Si su nivel de hemoglobina es más bajo de lo normal, es posible que usted tenga anemia.

Los niveles habituales de hemoglobina pueden variar en función del laboratorio, pero por lo general son los siguientes:

- **Hombres:** mayor o igual a 13 g/dL
- **Mujeres:** mayor o igual a 12 g/dL

El médico comparará su resultado con el rango habitual del laboratorio.

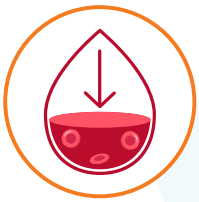
Para encontrar la causa de la anemia, es posible que el médico solicite análisis de sangre adicionales, como los siguientes:

- Panel de hierro
- Vitamina B12 o folato

© 2026 Healthmap Solutions, Inc.

¿Cuáles son las causas de la anemia?

La anemia puede tener muchas causas. A continuación, se indican las causas frecuentes en las personas que padecen enfermedad renal, junto con los tratamientos habituales.



Anemia ferropénica

La anemia ferropénica ocurre cuando el cuerpo no tiene suficiente hierro. Esto puede hacer que el cuerpo produzca menos glóbulos rojos de los necesarios.

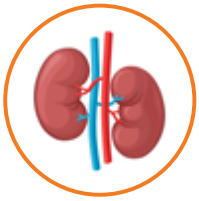
Tratamiento: es posible que su médico le recete hierro. Esto depende de sus análisis de sangre y de sus necesidades de salud. El hierro se puede tomar en pastillas o administrarse por vía intravenosa (IV).



Anemia nutricional

Este tipo de anemia ocurre cuando el cuerpo no cuenta con una cantidad suficiente de ciertas vitaminas, como la B12 o el folato. Sin una cantidad suficiente de dichas vitaminas, es posible que el cuerpo no produzca los glóbulos rojos necesarios.

Tratamiento: si tiene un nivel bajo de una vitamina, es posible que su médico le recomiende un suplemento. Además, es posible que su médico le sugiera cambios en la alimentación para ayudarle a obtener una mayor cantidad de estas vitaminas.



Anemia relacionada con la enfermedad renal avanzada

En personas con enfermedad renal avanzada o insuficiencia renal, es posible que los riñones no produzcan suficiente eritropoyetina, también llamada "EPO". La EPO es una hormona que le indica al cuerpo que produzca glóbulos rojos. Cuando no hay suficiente EPO, es posible que el cuerpo no produzca suficientes glóbulos rojos.

Tratamiento: si la enfermedad renal avanzada provoca anemia, es posible que su médico le recete EPO. La EPO se puede administrar por vía intravenosa o como inyección debajo de la piel. Su médico decidirá el momento para comenzar este tratamiento. El tratamiento con EPO funciona mejor cuando los niveles de hierro son adecuados antes de iniciarlo.



Anemia por inflamación o enfermedad crónica

Algunos problemas de salud pueden provocar hinchazón o irritación dentro del cuerpo. Entre ellos se encuentran la diabetes, la insuficiencia cardíaca, la enfermedad renal, el cáncer, las infecciones prolongadas y los trastornos autoinmunitarios. Esta inflamación puede dificultar que el cuerpo produzca glóbulos rojos sanos y puede derivar en anemia.

Tratamiento: por lo general, tratar el problema de salud que provoca la inflamación es la mejor manera de tratar este tipo de anemia.



Pérdida de sangre

La pérdida de sangre puede ocurrir por muchos motivos. A veces es demasiado pequeña para verse, lo que a menudo se denomina pérdida de sangre "microscópica". En los adultos, este tipo de pérdida de sangre suele provenir del tubo digestivo o del intestino. Entre las causas se pueden incluir úlceras, vasos sanguíneos pequeños que sangran, hemorroides o cáncer de colon.

Tratamiento: en función de los resultados de sus análisis, es posible que su médico lo derive a un gastroenterólogo. Identificar y tratar la causa del sangrado puede ayudar a mejorar la anemia. Si tiene 45 años o más y nunca se ha realizado una colonoscopia, pregúntele a su médico si esta prueba es adecuada para usted.

© 2026 Healthmap Solutions, Inc.

¿Se puede prevenir la anemia?

Algunos tipos de anemia no se pueden prevenir, pero hay medidas que se pueden tomar para reducir el riesgo de desarrollar anemia.



- Una alimentación saludable y equilibrada proporciona a la mayoría de las personas el hierro suficiente para ayudar a prevenir la anemia ferropénica.
- Si usted sigue una dieta vegana, es posible que su médico le recomiende un suplemento de vitamina B12.
- Durante el embarazo, el cuerpo necesita más hierro. Si está embarazada o planea quedar embarazada, es posible que su médico le recomiende vitaminas prenatales con hierro adicional.
- Las menstruaciones abundantes pueden provocar la pérdida de hierro. Pregúntele a su médico si un suplemento de hierro le puede ayudar.
- Si tiene un problema de salud crónico, siga el plan de tratamiento de su médico.



¿Cuándo debe llamar a su médico?

Llame a su médico si:

- Se siente muy cansado o débil y no puede realizar las tareas cotidianas.
- Siente mareos o tiene la sensación de que va a desmayarse.
- Tiene dificultad para respirar.
- Nota signos de sangrado, como menstruaciones abundantes, moretones que se forman con facilidad, sangre en las heces o heces de color negro.

Si necesita ayuda para manejar su salud, llame a Healthmap Solutions al 1-800-481-0474 (TTY: 711) o visite www.healthmapsolutions.com/patient-resources. Los pacientes deben cumplir con los requisitos del programa para acceder a los servicios de Healthmap.

healthmap™

1-800-481-0474 (TTY: 711) | healthmapsolutions.com/patient-resources

© 2026 Healthmap Solutions, Inc. Toda la información contenida en este documento es propiedad exclusiva y absoluta de Healthmap Solutions, Inc., y no se otorga ningún derecho, título, interés o licencia sobre estos materiales a ninguna otra parte.