



cancer.org | 1.800.227.2345

## Niveles bajos de glóbulos rojos (anemia)

### ¿Qué es anemia?

Si usted no cuenta con suficientes glóbulos rojos sanos, padece una condición llamada anemia. Esto significa que **su sangre tiene niveles de hemoglobina (Hgb) más bajos de lo normal**. La hemoglobina es la parte del glóbulo rojo que transporta el oxígeno a todas las células en su cuerpo. La anemia es un efecto secundario común en pacientes con cáncer.

### ¿Qué causa anemia?

Una persona con cáncer puede padecer anemia debido a muchas razones diferentes. Algunas causas comunes son:

- El cáncer por sí mismo
- El tratamiento del cáncer, como [radiación](#)<sup>1</sup> o [quimioterapia](#)<sup>2</sup>
- Pérdida de sangre (esto puede ser sangrado de un tumor, sangrado de células cancerosas que entra en los vasos sanguíneos o sangrado causado por otras condiciones como la menstruación profusa o sangrado de una úlcera estomacal)
- Ausencia de ciertas vitaminas o minerales en la alimentación debido a no comer lo suficiente
- Niveles bajos de hierro en sangre
- Problemas de órganos mayores (incluyendo enfermedad grave del corazón, pulmón, riñón o hígado)
- Glóbulos rojos que son destruidos por el organismo antes de ser reemplazados
- El cuerpo produce menos glóbulos rojos

- Tener enfermedad renal crónica
- Tener afecciones como enfermedad drepanocítica o talasemia (trastornos hereditarios de los glóbulos rojos)
- Una combinación de cualquiera de estos factores

Algunos factores de riesgo pueden causar que una persona con cáncer sea más propensa a padecer anemia. Algunas de estas son:

- Ciertos medicamentos de quimioterapia como la quimioterapia basada en platino (este es un cierto grupo de medicamentos de quimio)
- Ciertos tipos de tumor (por ejemplo, tumores de pulmón o de ovario)
- Tener un nivel bajo de hemoglobina antes de padecer cáncer

## Síntomas de anemia

La anemia a menudo comienza poco a poco, así que puede que usted no note los síntomas al principio. A medida que disminuye su nivel de hemoglobina, puede que presente uno o más de estos síntomas:

- Latidos rápidos del corazón
- Frecuencia respiratoria acelerada
- Falta de aliento (dificultad para respirar)
- Dificultad para respirar al hacer cosas como caminar, subir escaleras, o incluso hablar (cuando realiza actividades)
- Mareos o aturdimiento
- Dolor en el pecho
- Hinchazón de las manos y/o los pies
- Color de la piel, lechos ungueales (base de las uñas), boca y encías con un aspecto más pálido de lo habitual
- Cansancio extremo (fatiga)

La anemia puede variar de leve a potencialmente mortal, dependiendo de su nivel de hemoglobina y de los síntomas que presente. Algunos de estos síntomas son más graves que otros. El médico le explicará el nivel de hemoglobina y la gravedad de la anemia.

Si experimenta alguno de estos síntomas, informe a su médico o enfermera

inmediatamente. Si no puede comunicarte con su equipo de atención médica de inmediato, es posible que deba recibir atención inmediata en una sala de urgencias.

Informe a su equipo de atención médica si tiene otros problemas médicos, como enfermedades cardíacas o pulmonares, ya que esto puede empeorar los síntomas de la anemia. Es importante prestar atención a la anemia y a sus síntomas durante su tratamiento. Consulte con su equipo de atención médica contra el cáncer si presenta alguno de los síntomas descritos en este artículo. Asegúrese de mencionar cómo los síntomas afectan su vida cotidiana, pues esta información le ayudará a obtener el tratamiento que necesita cuando lo requiera.

## Pruebas para detectar las causas de la anemia

Un **hemograma completo** (recuento sanguíneo completo o CBC, por sus siglas en inglés) es una prueba que mide su nivel de hemoglobina y otras características de sus glóbulos rojos (como el tamaño). Esta prueba no solo indica si usted padece anemia, sino que también puede ayudar a que su médico determine su causa.

Puede que también sea necesario hacer otras pruebas para ayudar a encontrar la causa de la anemia. Estas podrían incluir:

- **Análisis bioquímico de la sangre** para comprobar el funcionamiento adecuado de los órganos y los niveles de vitaminas y minerales
- Un examen de sangre llamado **recuento de reticulocitos** (los reticulocitos son glóbulos rojos muy jóvenes recién liberados de la médula ósea, por lo que esta prueba muestra cuántos nuevos glóbulos rojos produce su cuerpo).
- Un **examen de médula ósea** para asegurarse de que la médula ósea está funcionando como debería
- Pruebas de sangre para examinar los **niveles de hierro, vitamina B12 y folato**
- Un **examen de las heces fecales** para detectar sangre (llamada prueba de **sangre oculta en heces fecales** o **FOBT**, por sus siglas en inglés)

Su médico o enfermera puede usar los resultados de estas pruebas, junto con su información médica y un examen físico, para informarse sobre lo que podría estar provocando la anemia. A veces no puede encontrarse ninguna causa que no sea “anemia por enfermedad crónica”. Este tipo de anemia se encuentra a menudo en personas con problemas de larga duración como insuficiencia cardíaca congestiva, enfermedades inflamatorias o cáncer.

## Problemas causados por anemia

Lo primero que el médico necesita saber es cuán grave es la anemia. La anemia puede afectar su calidad de vida, y se ha descubierto que acorta la supervivencia en las personas con cáncer. Puede hacerle sentir muy cansado porque las células en su cuerpo no pueden obtener suficiente oxígeno. En algunos casos, esta falta de oxígeno puede ser suficientemente grave como para amenazar su vida. La anemia también puede causar que el corazón tenga que trabajar más. Por lo tanto, si ya tiene un problema cardíaco, la anemia puede empeorarlo. La anemia también puede provocar que sea difícil respirar normalmente, lo que dificulta sus actividades cotidianas.

La anemia grave puede significar que tiene que retrasar el tratamiento de cáncer o reducir su dosis de tratamiento. También puede causar que algunos tratamientos contra el cáncer no funcionen tan bien como deberían.

Puede que su equipo de atención médica intente averiguar su riesgo de problemas graves a causa de la anemia basándose en cualquier síntoma que usted presente y su nivel de hemoglobina. Si usted no presenta síntomas, se tratará de averiguar la probabilidad de que los presente en un futuro cercano. Esto se basará en varios factores, incluyendo:

- Su nivel de hemoglobina y otros resultados de laboratorio
- El tipo de tratamientos contra el cáncer administrados anteriormente
- Las posibilidades de que cualquier tratamiento que esté recibiendo pueda empeorar la anemia
- Si usted presenta problemas en los pulmones, el corazón, o problemas vasculares (circulación)
- Su edad

Si usted no parece estar en riesgo de padecer problemas a causa de la anemia, su equipo de atención médica vigilará de cerca su nivel de hemoglobina y le preguntará acerca de los síntomas cada vez que visite el consultorio médico.

## Tratamientos para la anemia

La anemia en pacientes con cáncer generalmente se trata en función de la causa. A veces, el tratamiento de la anemia retrasa el tratamiento contra el cáncer hasta que los glóbulos rojos se recuperan. En el tratamiento de la anemia, hay dos objetivos principales:

- Tratar la causa de la anemia
- Elevar el nivel de hemoglobina para aliviar los síntomas

Algunos tratamientos más comunes de la anemia en pacientes con cáncer son:

- Terapia de hierro
- Transfusión de glóbulos rojos, comúnmente conocida como transfusión de sangre
- Agentes estimulantes de la eritropoyesis (ESA)
- Otros medicamentos

El médico evaluará los resultados de las pruebas, los síntomas, el tiempo que ha tenido los síntomas, el tipo de cáncer, el tratamiento oncológico y otros factores. Consulte con el equipo de atención médica sobre el tratamiento más adecuado para usted. Como con cualquier problema de salud, los beneficios esperados del tratamiento siempre deben superar los posibles riesgos.

### **Terapia de hierro**

Si sus niveles de hierro son bajos, su médico puede complementarlos con píldoras de hierro o hierro administrado a través de las venas (infusión de hierro). Las infusiones de hierro conllevan un riesgo de reacción alérgica. Su médico le indicará qué forma de hierro sería mejor para su situación. El médico también puede pedirle que intente comer más alimentos ricos en hierro. Algunos alimentos que contienen grandes cantidades de hierro son:

- Verduras de hoja verde oscuro como espinacas, col rizada, col silvestre o acelgas
- Huevos
- Batata (papa dulce, camote)
- Frutas como ciruelas, pasas, fresas, higos o sandía
- Albaricoques y melocotones secos
- Frijoles (alubias, habichuelas, habas)
- Carne y pescado
- Pan, cereal, arroz y pastas enriquecidos

### **Transfusiones de sangre para tratar la anemia**

Las transfusiones de sangre son seguras, y una manera común para tratar la anemia en personas con cáncer. Este procedimiento puede ayudar al paciente a sentirse mejor y

ayuda a que el oxígeno llegue a los órganos vitales. Aunque las transfusiones de sangre pueden ayudar a aliviar los síntomas muy rápidamente, a veces el alivio es temporal dependiendo de la causa de la anemia.

La necesidad de una transfusión de sangre depende de la gravedad de los síntomas y de su nivel de hemoglobina. Se puede hacer una transfusión si el nivel de hemoglobina alcanza un número determinado o si los síntomas causan mucha molestia

Una transfusión de sangre requiere lograr cuidadosamente que la sangre donada sea compatible con la sangre del receptor. Los productos sanguíneos se analizan para asegurarse de que son seguros y del mismo tipo de sangre que el receptor. Sin embargo, recibir una transfusión de sangre también tiene algunos riesgos.

- **Reacción a la transfusión:** esto sucede cuando el sistema inmunitario del paciente ataca las proteínas en las células sanguíneas extrañas. A menudo, parece como una reacción alérgica. La mayoría de estas reacciones son leves y pueden tratarse, pero a veces pueden ser más graves.
- **Lesión pulmonar relacionada con la transfusión:** este es uno de los riesgos más graves, ya que puede causar dificultad para respirar y requiere tratamiento en el hospital.
- **Quedar expuesto a ciertos gérmenes, como el virus de hepatitis B o C:** las pruebas y análisis de sangre que se usan hoy en día han reducido considerablemente el riesgo de infecciones.
- **Sobrecarga circulatoria por transfusión (TACO):** esto puede suceder si se administra sangre demasiado rápido para que el corazón la maneje.
- **Sobrecarga de hierro:** las personas que reciben muchas transfusiones de sangre pueden terminar con demasiado hierro, lo que luego necesitaría ser tratado.

### **Agentes estimulantes de la eritropoyesis (ESA)**

Otra manera de tratar la anemia en algunos pacientes consiste en administrar medicamentos que provocan que el cuerpo produzca más glóbulos rojos. Los agentes estimulantes de la eritropoyesis actúan como una hormona (llamada **eritropoyetina**) que los riñones producen para ayudar al cuerpo a producir sus propios glóbulos rojos nuevos. Si se recomienda uno de estos medicamentos, su médico hablará con usted sobre los riesgos y los beneficios del medicamento. Estos medicamentos pueden causar efectos secundarios muy graves. Aun así, estos medicamentos pueden ayudar a los pacientes que reciben quimioterapia a tener niveles más elevados de hemoglobina y menos transfusiones de sangre. Esto puede dar como resultado una

mejoría gradual en los síntomas relacionados con la anemia.

Los agentes estimulantes de la eritropoyesis se administran en forma de inyecciones debajo de la piel, y el tiempo que tardan antes de empezar a surtir efecto puede ser diferente para cada paciente. Hable con su médico acerca de los riesgos y beneficios de los agentes estimulantes de la eritropoyesis que va a recibir.

### **Otros medicamentos para tratar la anemia**

Dependiendo del tipo de anemia que tiene, la anemia también puede tratarse con vitamina B12 o suplementos de ácido fólico.

Hable con su médico sobre el tipo de anemia que tiene, el tratamiento recomendado y los riesgos y beneficios del tratamiento.

### **Cómo manejar la anemia en casa**

#### **¿A qué debe prestar atención?**

- Cansancio nuevo o que empeora dificultando realizar las actividades cotidianas
- Dolor de pecho o dificultad para respirar cuando está activo
- Color de la piel, lechos ungueales (base de las uñas), o encías con un aspecto más pálido de lo habitual
- Mareos
- Debilidad
- Heces fecales de color rojo brillante, rojo oscuro o negro
- Vómito de color café oscuro o rojo brillante

(Los últimos dos son signos de sangrado, lo que puede ser una causa de anemia).

#### **¿Qué puede hacer el paciente?**

- Mantenga un balance entre el descanso y las actividades. Solo realice las actividades que pueda tolerar
- Lleve un registro de sus síntomas, a qué hora ocurren y qué los empeora o alivia, y hable con su médico en la consulta
- Si no puede moverse con la misma agilidad de antes, dígaselo al médico
- Planifique sus actividades importantes para cuando tenga más energía

- Lleve una alimentación balanceada que incluya proteínas (como pescado, carne, huevos, queso, leche, nueces, guisantes y frijoles) Trate de incluir alimentos ricos en hierro en su dieta
- Beba de 8 a 10 vasos (8 onzas) de agua al día, a menos que su equipo de atención médica le dé otras instrucciones. Está bien beber otros líquidos en lugar de agua (que no sea cerveza, vino u otras bebidas alcohólicas). Consulte con su médico para saber qué cantidad segura de líquidos puede tomar.

### ¿Qué puede hacer el cuidador del paciente?

- Programe la preparación de comidas, limpieza de la casa, trabajos de jardín o diligencias que puedan hacer los amigos y familiares del paciente. Puede hacer uso de sitios Web que disponen de recursos que le ayudarán a organizar estas actividades, o bien, designar a otra persona para que le apoye a coordinar esto.
- Preste atención a confusión, desfallecimiento o mareos que pudiera notar en el paciente.

### Llame al equipo de atención médica si el paciente

- Tiene dolor de pecho
- Siente dificultad para respirar mientras descansa
- Experimenta mareos o desmayos
- Se confunde o no puede concentrarse
- No ha podido levantarse de la cama durante más de 24 horas
- Presenta sangre en las heces fecales

Tiene vómitos de sustancias color café oscuro o rojo brillante

### Hyperlinks

1. [www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/tipos-de-tratamiento/radioterapia.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/tipos-de-tratamiento/radioterapia.html)
2. [www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/tipos-de-tratamiento/quimioterapia.html](http://www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/tipos-de-tratamiento/quimioterapia.html)
3. <mailto:permissionrequest@cancer.org>



## Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer ([www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html](http://www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html))

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

## Referencias

American Red Cross. *Iron-rich foods*. Accessed at [www.redcrossblood.org/learn-about-blood/health-and-wellness/iron-rich-foods](http://www.redcrossblood.org/learn-about-blood/health-and-wellness/iron-rich-foods) on September 17, 2019.

Bohlius J, Bohlke K, Castelli R, Djulbegovic B, Lustberg MB, Martino M, Mountzios G, Peswani N, Porter L, Tanaka TN, Trifirò G, Yang H, Lazo-Langner A. Management of cancer-associated anemia with erythropoiesis-stimulating agents: ASCO/ASH Clinical Practice Guideline Update. *Journal of Clinical Oncology*. 2019; 37(15):1336-1351.

Choe JH, Crawford J. Hematologic Problems and Infections: Disorders of blood cell production in clinical oncology. In Niederhuber JE, Armitage JO, Kastan MB, Doroshow JH, Tepper JE, eds. *Abeloff's Clinical Oncology*. 6th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2020:515-517.

Gilreath JA, Stenehjem DD, Rodgers GM. Diagnosis and treatment of cancer-related anemia. *American Journal of Hematology*. 2014;89(2):203-212.

National Comprehensive Cancer Network (NCCN). *Hematopoietic growth factors*. 2019. Version 2.2019. Accessed at [https://www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/growthfactors.pdf](https://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/growthfactors.pdf) on September 17, 2019.

NIH U.S. National Library of Medicine. MedlinePlus. 2019. *Anemia*. Accessed at <https://medlineplus.gov/anemia.html> on September 17, 2019.

## Referencias

American Red Cross. *Iron-rich foods*. Accessed at [www.redcrossblood.org/learn-about-blood/health-and-wellness/iron-rich-foods](http://www.redcrossblood.org/learn-about-blood/health-and-wellness/iron-rich-foods) on September 17, 2019.

Bohlius J, Bohlke K, Castelli R, Djulbegovic B, Lustberg MB, Martino M, Mountzios G, Peswani N, Porter L, Tanaka TN, Trifirò G, Yang H, Lazo-Langner A. Management of cancer-associated anemia with erythropoiesis-stimulating agents: ASCO/ASH Clinical Practice Guideline Update. *Journal of Clinical Oncology*. 2019; 37(15):1336-1351.

Choe JH, Crawford J. Hematologic Problems and Infections: Disorders of blood cell production in clinical oncology. In Niederhuber JE, Armitage JO, Kastan MB, Doroshow JH, Tepper JE, eds. *Abeloff's Clinical Oncology*. 6th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2020:515-517.

Gilreath JA, Stenehjem DD, Rodgers GM. Diagnosis and treatment of cancer-related anemia. *American Journal of Hematology*. 2014;89(2):203-212.

National Comprehensive Cancer Network (NCCN). *Hematopoietic growth factors*. 2019. Version 2.2019. Accessed at [https://www.nccn.org/professionals/physician\\_gls/pdf/growthfactors.pdf](https://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/growthfactors.pdf) on September 17, 2019.

NIH U.S. National Library of Medicine. MedlinePlus. 2019. *Anemia*. Accessed at <https://medlineplus.gov/anemia.html> on September 17, 2019.

Última revisión médica completa: septiembre 18, 2015 Actualización más reciente:  
mayo 18, 2016

La información médica de la La Sociedad Americana Contra El Cáncer está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor escriba a [permissionrequest@cancer.org](mailto:permissionrequest@cancer.org) (<mailto:permissionrequest@cancer.org>)<sup>3</sup>.

**cancer.org | 1.800.227.2345**