

# CARENCIA DE MICRONUTRIENTES

# ANEMIA FERROPÉNICA



## ¿Qué es?

La deficiencia de **hierro** \*  
en el organismo



Disminuye la **hemoglobina**\*  
en sangre



Afecta al organismo  
y al desarrollo cerebral



## CAUSAS

1



### DIETA

Tener deficiencia  
de folato , hierro  
y vitamina B12



Embarazo



Menstruación



Farmacos  
(AINES, penicilina, cefalosporina)

## Síntomas

- Fatiga extrema
- Irritabilidad
- Dolores de cabeza
- Mareos
- Palpitaciones
- Dificultad para concentrarse



## Pruebas diagnósticas

- Hemoglobina
- Hematocrito
- Volumen corpuscular medio.
- Hierro serico

## Consecuencias

- Reducción en la capacidad del trabajo
- Bajo rendimiento escolar
- Pérdida de ingresos
- Muerte prematura

La Organización Mundial de la Salud ha elaborado un conjunto integral de medidas de salud pública que abordan todos los aspectos de la ferropenia y anemia ferropenica.



a) Incremento de la  
ingesta de hierro



b) Control de infecciones



c) Mejora del estado  
nutricional