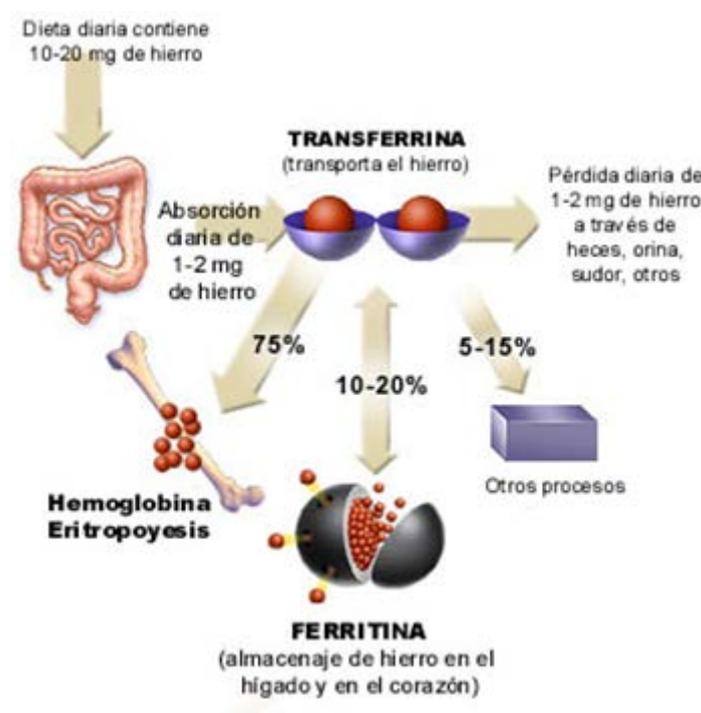


## HEMOSIDEROSIS

### Importancia del hierro

El hierro es indispensable para el desarrollo de funciones vitales en el organismo humano, y una dieta equilibrada es suficiente para satisfacer los requerimientos diarios de este mineral. Así, el hierro de los alimentos es absorbido en el estómago y posteriormente procesado en los intestinos.

En condiciones normales, el 70% de este hierro es utilizado por la hemoglobina (principal componente de los glóbulos rojos), para transportar el oxígeno a todos los tejidos de nuestro cuerpo; un 28% se almacena como reserva en órganos como el bazo y el hígado, y el porcentaje restante se elimina mediante las heces, la orina y el sudor.



Cuando por diferentes razones el hierro se acumula en el cuerpo no es capaz de expulsarlo, se produce una sobrecarga que puede resultar sumamente grave.

**LA HEMOSIDEROSIS** es una acumulación de hemosiderina en una célula o un tejido orgánico. La **hemosiderina** es un pigmento de color amarillo - dorado o pardo y aspecto granuloso o cristalino que deriva de la hemoglobina cuando hay más hierro del necesario en el organismo. Consiste en agregados micelares de ferritina, cuya función es servir de reservorio de hierro. Generalmente, la hemosiderosis se manifiesta a nivel del sistema reticuloendotelial, es decir el hígado, la médula ósea y el bazo. Sin embargo, el páncreas, el centro y el pulmón también pueden ser alcanzados por esta enfermedad.

### Síntomas

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

La aparición de los síntomas de la hemosiderosis puede ser muy rápida o, por el contrario, escalonarse en un largo período. A principios de la enfermedad, el paciente sufre fatiga crónica, tos persistente y una rinorragia permanente. Si el paciente es un niño, podrá acumular retrasos de crecimiento en relación con sus semejantes. En el caso de una hemosiderosis pulmonar, el paciente produce regularmente esputo sanguinolento. Sin embargo, la hemosiderosis puede traducirse en trastornos respiratorios a raíz de la degradación de la membrana pulmonar. Por último, la hemosiderosis puede conducir al paciente a un estado letárgico.

### **Causas**

- Herencia genética: la persona nace con un gen defectuoso que hace que el cuerpo almacene demasiado hierro.
- Consumo de suplementos de hierro durante más de 10 años.
- 10 o más transfusiones de sangre a lo largo de la vida (equivalentes a 20 unidades de 250 ml), por causa de enfermedades que así lo requieren, tales como:
  - Drepanocitosis
  - Talasemia mayor
  - B-Talasemia
  - Síndrome Mielodisplásico
  - Aplasia Pura de Célula Roja
  - Esferocitosis
  - Síndromes de Fallo Medular
  - Anemia de Fanconi
  - Anemias Aplásicas Adquiridas

Por este motivo, es muy importante que la persona afectada lleve el control del número de transfusiones que ha recibido, pues así podrá solicitarle a su profesional de la salud el examen respectivo (prueba de Ferritina Sérica), para determinar si precisa o no recibir el tratamiento debido (flebotomía o quelante de hierro).

### **Daños en órganos**

No obstante, en una etapa más avanzada, la sobrecarga de hierro puede producir lesión en órganos vitales como el corazón, el páncreas y el hígado, los síntomas son los siguientes:

- Hígado: cirrosis, hepatitis, carcinoma
- Falla cardíaca (arritmias)
- Diabetes Mellitus
- Infertilidad
- Retraso en el crecimiento
- Problemas en los riñones
- Daño en el cartílago
- Disfunción eréctil

Por esta razón es muy importante realizar un diagnóstico temprano y certero para que la persona inicie a tiempo el tratamiento adecuado y así evitar daños irreparables a los órganos, o incluso la muerte.

### **INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD**

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

## Tratamiento

Existe en el mercado una familia de fármacos, en comprimidos e inyectables, llamados quelantes de hierro, que se encargan de atrapar el hierro en exceso y expulsarlo del cuerpo a través de la orina, y con ello prevenir daños irreparables a los órganos.

Es de suma importancia que el profesional de la salud realice periódicamente la prueba de ferritina sérica para medir los niveles de hierro en el organismo y determinar así si el tratamiento indicado está dando resultados o no.

Los niveles normales son los siguientes, de manera que si son mayores que éstos es preciso el control médico:

- Hombres: 12-300 ng/mL\*
- Mujeres: 12-150 ng/mL\*

\* ng/ml = nanogramos por mililitro

## Tratamiento natural

### Complementos alimenticios

- **Evitar** cualquier suplementación de **hierro** (incluidos los multinutrientes que lo contengan), así como evitar tomar suplementos de **vitamina C** junto con las comidas (ya que favorecen la absorción del hierro aportado con la dieta).
- **El magnesio (Mag3 de Nutrinat Evolution)** reduce el hierro almacenado.
- El aminoácido azufrado **L-Cisteína 550 mg (HealthAid)** tiene capacidad de quelar el hierro y eliminarlo. Su radical azufrado protege y desintoxica el hígado.
- Será igualmente importante suplementarse con un complejo de antioxidantes como **Betaimune® (HealthAid)/Nutrientes Antioxidantes Complex (Terranova)**, para proteger a las células, los tejidos y los órganos de cualquier daño oxidativo producido por los radicales libres (Diversos estudios han concluido que altas cantidades de hierro pueden contribuir a aumentar los radicales libres de oxígeno en el organismo).
- **Livercare®/Cardo mariano Complex (HealthAid)/Diente de León, Alcachofera y Cisteína Complex (Terranova)**: Plantas hepatoprotectoras como cardo mariano, alcachofera, boldo o diente de león, protegen al hígado del posible daño por el exceso de hierro.
- La suplementación con **Calcio 600 mg (HealthAid)** podría dificultar la absorción en exceso del hierro de la comida, por lo que podría ser también interesante. Se deberán ingerir los suplementos de calcio junto con las comidas.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.