

## HEMOCROMATOSIS

La hemocromatosis ocurre cuando se acumula demasiado hierro en el cuerpo. Hay dos formas de hemocromatosis: primaria y secundaria.

La hemocromatosis primaria generalmente es causada por un problema genético específico que provoca la absorción de demasiado hierro. Cuando las personas con esta afección tienen demasiado hierro en su alimentación, el hierro extra se absorbe en el tubo digestivo y se acumula en los tejidos corporales, particularmente en el hígado, dando como resultado una hepatomegalia.

La hemocromatosis secundaria o adquirida puede ser causada por enfermedades como la talasemia o la anemia sideroblástica, especialmente si la persona ha recibido un gran número de transfusiones. En ocasiones, se puede observar con anemia hemolítica, alcoholismo crónico y otras afecciones.

### Síntomas:

- Dolor abdominal
- Fatiga
- Oscurecimiento generalizado de la piel
- Dolor articular
- Falta de energía
- Pérdida del vello corporal
- Pérdida del deseo sexual
- Pérdida de peso
- Debilidad

## TRATAMIENTO

### Recomendaciones generales:

- Eliminar el consumo de alcohol, ya que puede agravar el daño hepático.
- Limitar el consumo de carne roja, por su alto contenido en hierro.
- No se deben consumir pescados ni mariscos crudos, pues pueden contener ciertos microbios frente a los que estos pacientes son más susceptibles.
- Evitar o disminuir el consumo de alimentos ricos en hierro.

### Farmacológico

El objetivo del tratamiento es extraer el exceso de hierro del cuerpo. Asimismo, se intenta proteger a los órganos, como el hígado, de los daños producidos por su exceso. La terapia a seguir difiere según la causa de la enfermedad; así en las hemocromatosis primarias el tratamiento de elección es la flebotomía (extracciones sanguíneas periódicas para eliminar el exceso de hierro) mientras que, en las secundarias, se opta por los quelantes de hierro. Sólo en aquellos casos en que surgen complicaciones hepáticas se plantea la posibilidad de un trasplante. También es importante el tratamiento dietético que debe seguir el paciente y la toma de ciertos fármacos que tratan el resto de síntomas derivados de la enfermedad.

## 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 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 **MSM (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).
- **Cardo mariano Forte (Nutrinat Evolution)/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. Asimismo, efectos parecidos se han comprobado con la curcuma (**Curcuma Cursol® de Nutrinat Evolution**).