

Datos importantes para tener en cuenta y tratar la anemia

Para entender la anemia debemos primero hablar de los glóbulos rojos. Estos forman parte de la sangre tienen el aspecto parecido a una dona, su trabajo principal es transportar oxígeno a los tejidos del cuerpo y eliminar el dióxido de carbono. La anemia es una condición que se presenta cuando el cuerpo no tiene suficientes glóbulos rojos o estos no son sanos.

Esta afección puede ser muy común. Según estadísticas para el 2019, aproximadamente 1.740 millones de personas vivieron afectadas por esta condición en todo el mundo. Esto corresponde aproximadamente al 22,8% de la población mundial. Además, el 9% de los niños entre 12 y 36 meses tienen deficiencia de hierro y un tercio desarrollará anemia.

Como mencionamos anteriormente, la anemia se caracteriza por la presencia de glóbulos rojos defectuosos que no funcionan como deberían, y también, un rasgo común, es cuando se presenta por una cantidad baja de glóbulos rojos. Existen algunos signos físicos, como tener la piel pálida, que pueden mostrar indicios de que tiene esta condición. Vamos a profundizar más sobre esto.

Los síntomas más comunes incluyen:

- Sensación de cansancio.
- Debilidad muscular.
- Mareos o desmayos.
- piernas inquietas.
- Dificultad para respirar, especialmente durante el ejercicio.
- Ser menos capaz de hacer ejercicios.

Con información de doctoraki.com