La hemocromatosis

¿Qué es?

La hemocromatosis es una afección en la cual el cuerpo absorbe demasiado hierro de los alimentos que se ingieren. Con el tiempo, el hierro adicional se acumula en los órganos, especialmente en el hígado. A medida que aumenta la acumulación de hierro excesivo, se tienen más posibilidades de enfrentar graves problemas, incluidas enfermedades del hígado, dolor y fatiga. Afortunadamente, el tratamiento por lo general evita las complicaciones.

¿Cuáles son los síntomas?

En los varones, los síntomas generalmente aparecen entre los 30 y 50 años. En las mujeres, los síntomas generalmente aparecen más tarde, después de los 50 años de edad. (La razón por la que las mujeres más jóvenes tienden a presentar menos síntomas es porque regularmente pierden hierro adicional a través de la menstruación, el parto y la lactancia materna.)

Los síntomas pueden incluir:

- Dolor abdominal
- Fatiga, poca energía o debilidad
- Oscurecimiento de la piel (piel con aspecto "bronceado")
- Dolor de las articulaciones
- Pérdida de vello corporal
- Pérdida de peso

¿Qué la causa?

Los médicos no saben exactamente la causa de la hemocromatosis. Saben, sin embargo, que es hereditaria y que es bastante común. Afecta a aproximadamente 5 de cada mil personas en los Estados Unidos, aunque algunas de ellas no saben que la padecen. Es más común en las personas de origen caucásico (raza blanca) de ascendencia europea occidental. Los familiares de las personas con hemocromatosis deberán ser evaluados para ver si la padecen.

¿Cómo se diagnostica?

La hemocromatosis se diagnostica a menudo antes de presentarse algún síntoma, ya que puede detectarse mediante análisis de sangre rutinarios. Muchas personas también son sometidas a exámenes médicos después de que algún familiar ha sido diagnosticado. Algunos exámenes médicos para comprobar si usted padece la enfermedad y si está sufriendo de complicaciones son:

- Análisis de sangre para mostrar los niveles de hierro y determinadas proteínas en la sangre
- Exploración física para detectar inflamación del hígado o del bazo, y cambios en el color de la piel
- Exámenes del nivel de azúcar en la sangre, proteínas, y funciones cardíacas y hepáticas
- Pruebas diagnósticas de imagen como la tomografía computarizada (CT, por sus siglas en inglés), resonancia magnética (MRI, por sus siglas en inglés) o ultrasonido
- Biopsia de hígado
- Exámenes genéticos

¿Qué sucede si no es tratada?

Si la hemocromatosis no es tratada, el hierro puede acumularse en los órganos corporales y ocasionar graves daños en los mismos. Esto aumenta su riesgo de padecer:

- Enfermedad hepática (fibrosis o cirrosis)
- Cáncer hepático (en el hígado)
- Infecciones bacterianas
- Fatiga severa

También puede aumentar el riesgo de padecer:

- Diabetes
- Artritis
- Enfermedad cardíaca
- Enfermedad de la tiroides
- Cambios en el color de la piel
- Pérdida del deseo sexual

¿Cómo se trata?

El objetivo del tratamiento es reducir la cantidad de hierro presente en su cuerpo. La hemocromatosis puede tratarse con facilidad y eficacia a través de la donación de sangre (también llamada **flebotomía** o sangría). Se extrae del cuerpo una determinada cantidad de sangre cada semana hasta que el nivel de hierro se normaliza. Una vez que sus niveles de hierro sean más normales, se le extraerá sangre con menos frecuencia.

Si usted ha desarrollado complicaciones debido a la hemocromatosis, también serán tratadas. Por ejemplo, la terapia hormonal de testosterona puede ayudar a mejorar la pérdida del deseo sexual y cambios en los testículos. Otros tratamientos pueden tratar la artritis de la diabetes, la insuficiencia hepática o la insuficiencia cardíaca.

¿Qué puedo hacer para ayudar?

Lo más importante que puede hacer es mantenerse en contacto con su médico y seguir sus tratamientos recomendados.

Además, es necesario prestar atención a lo que come. Usted puede llevar una dieta normal y saludable. No existe evidencia de que el padecimiento se agrave por comer una cantidad moderada de alimentos con hierro. Sin embargo, es necesario que siga estos pasos:

- **No tome vitaminas ni suplementos que contengan hierro.** No coma cereales fortificados con hierro. Su médico también puede pedirle que evite los suplementos de vitamina C, ya que promueven la absorción de hierro.
- **Tenga cuidado con el alcohol.** Beber alcohol aumenta el riesgo de padecer cirrosis del hígado. Si su hígado está en buenas condiciones, no consuma más de dos bebidas alcohólicas al día. Si usted ya sufre de enfermedad hepática, no consuma alcohol en absoluto.
- **No consuma mariscos crudos.** Pueden contener bacterias que crecen fácilmente en un medio rico en hierro.

¿Es necesario que se les realicen exámenes a mis familiares?

Sí. Si a usted se le ha diagnosticado hemocromatosis, sus familiares biológicos deberán ser evaluados. Si ellos saben que padecen la enfermedad, podrán recibir tratamientos simples y evitar enfermedades graves.

¿Cuándo debo llamar a mi médico?

Llame a su médico si presenta cualquiera de los síntomas nombrados en la primera página de este folleto.

© 2011 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en **intermountainhealthcare.org.** **Patient and Provider Publications 801.442.2963 FS215S - 06/11** (Spanish translation 06/11 by Lingotek, Inc.)