

# Anemia en niños

Una enfermedad subdiagnosticada

La **anemia** se presenta cuando la cantidad de hemoglobina en la sangre es menor a los límites normales de la edad del niño.

El grupo de edad más frecuentemente afectado por la anemia es en los niños menores de 2 años.



Hemoglobina



La **hemoglobina** es una proteína que **transporta el 97% del oxígeno desde los pulmones a todo el cuerpo.**

Concentración de hemoglobina en sangre para diagnosticar anemia

Niños de 6 a 59 meses < 110 g/L  
Niños de 5-11 años < 115 g/L

Referencia 1

## El hierro (Fe) y su importancia

Además de su papel en la producción de hemoglobina, el hierro participa en un gran número de funciones en el organismo, incluyendo procesos como:



respiración celular



fortalecimiento del sistema inmune

Las causas de la deficiencia de hierro en niños mexicanos son

1 La inadecuada introducción de alimentos con hierro biodisponible\* durante la ablactación\*\*, como la carne roja.

\*El hierro biodisponible es aquel que se absorbe de forma eficiente por el organismo.

\*\*Ablactación se le llama a la introducción de alimentos diferentes a la leche materna a partir de los 6 meses de vida.



2 Un alto consumo de alimentos vegetales fuente de hierro no biodisponible (frijoles y otras leguminosas) que sólo se absorben combinándolos con otros alimentos.

4 Un alto consumo de alimentos que interfieren con la absorción del hierro, como el maíz, café, té, etc.

3 Una baja ingesta de alimentos que facilitan la absorción del hierro, por ejemplo frutas y vegetales con vitaminas A y C.



9.3% 13.9%

Referencia 2

En México, 13.9% de los niños menores de 5 años y 9.3% de los niños de 5 a 11 años tienen deficiencia de hierro.

En niños, vivir con deficiencia de hierro por un período prolongado desencadenará en anemia.



## Causas de la anemia en niños

Diversos factores contribuyen en el desarrollo de la anemia, es decir, es multifactorial.



Parasitosis



Deficiencia de micronutrientes  
Hierro- Folato - Vitaminas A y B12



Inflamación crónica (infecciones agudas repetidas)



Enfermedades de la sangre



En niños mexicanos, la causa más común de la anemia es por deficiencia de hierro.

## Consecuencias de la anemia

La anemia y la deficiencia de hierro en menores de 2 años pueden tener consecuencias irreversibles en edades más tardías, como:



Menores habilidades de



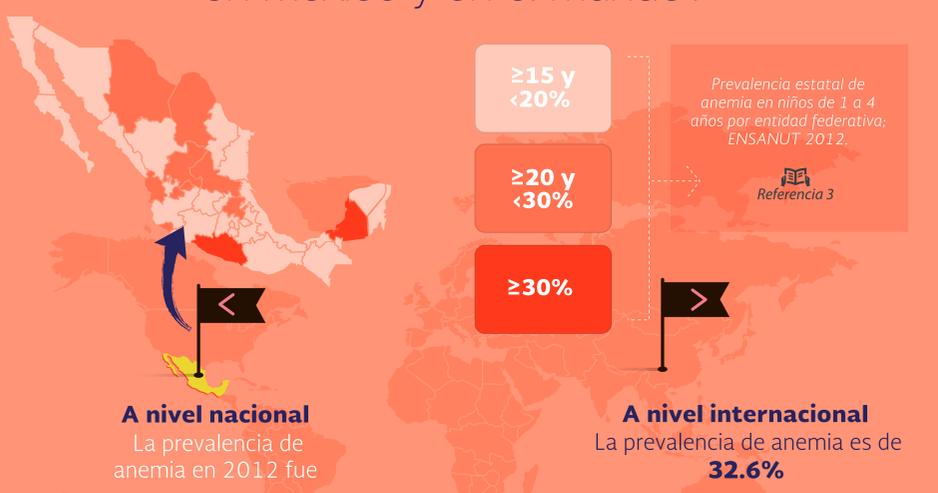
Lectoescritura Lenguaje Aritmética

Menor



Coefficiente intelectual (IQ) Desarrollo motor fino y grueso Capacidad de resolución de problemas

## ¿Cuál es la situación de la anemia en México y en el mundo?



≥15 y <20%

≥20 y <30%

≥30%

Prevalencia estatal de anemia en niños de 1 a 4 años por entidad federativa; ENSANUT 2012.

Referencia 3

A nivel nacional

La prevalencia de anemia en 2012 fue

En menores de 5 años



23.3%

1 de cada 4 (aprox.) 2.1 millones de niños en edad preescolar

En niños de 5 a 11 años



10.1%

1 de cada 10 1.6 millones de niños en edad escolar

en este grupo, niños de 12 a 23 meses tuvieron la mayor prevalencia (38.3%).

en este grupo, los niños de 5 años tuvieron la mayor prevalencia (18.3%).

A nivel internacional

La prevalencia de anemia es de 32.6%



47.4%

De los menores de 5 años



25.4%

De los niños escolares

La anemia afecta al

Referencia 1

Costo de la anemia



16.78 (dls) por pérdida de productividad física y cognitiva o (4.05% del PIB)

Referencia 4

## ¿Qué hacer para prevenir las deficiencias nutricionales de la anemia?



## Tratamiento de la anemia

**Gotas de sulfato ferroso:** Indicado para el tratamiento de la anemia ferropénica y para la prevención de deficiencia de hierro en niños de mayor riesgo



Se recomienda su detección y tratamiento oportuno en menores de 5 años en las clínicas del primer nivel de atención del sistema de salud.

0.6 mL (equivalente a 12 gotas) - 2 veces al día

0.6 mL (equivalente a 12 gotas) - 1 vez al día

0.3 mL (equivalente a 6 gotas) - 1 vez al día



Si quieres saber más sobre la anemia, visita:

- Anemia en niños: fortalecer el cuidado y cortar la transmisión generacional. Documento analítico de la ENSANUT 2012.
- Prevalencia de anemia en niños y adolescentes mexicanos: comparativo de tres encuestas nacionales.
- Anemia.- Organización Mundial de la Salud.

¿Dudas o comentarios? Escríbenos Departamento de Vigilancia de la Nutrición Dra. Teresa Shamah tshamah@insp.mx



Referencias:

1 World Health Organization (2008). Worldwide prevalence of anaemia 1993-2005: WHO global database on anaemia / Edited by Bruno de Benoist, Erin McLean, Ines Egli and Mary Cogswell. Geneva, Switzerland: World Health Organization.

2 Villalpando S, et al. Prevalence of mineral and vitamin deficiencies in Mexican children. Analysis of the Mexican National Health and Nutrition Survey 2012. Datos en proceso de publicación.

3 Instituto Nacional de Salud Pública. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados por entidad federativa. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública, 2013. Disponible en: encuestas.insp.mx

4 Horton S, Ross J. The economics of iron deficiency. Food Policy. 2003;28:51-75.