

## Detección de deficiencia de hierro y anemia por deficiencia de hierro durante el embarazo

Algunas mujeres embarazadas tienen niveles bajos de hierro, lo que podría provocar anemia por deficiencia de hierro.

### Niveles de hierro y anemia durante el embarazo

El hierro es necesario para que el organismo produzca hemoglobina, una proteína que transporta oxígeno por todo el cuerpo. En algunas personas, la deficiencia de hierro puede provocar niveles bajos de hemoglobina, lo que se conoce como anemia por deficiencia de hierro. Hasta 1 de cada 5 personas embarazadas en los EE. UU. tienen niveles bajos de hierro y aproximadamente el 5 % tiene anemia por deficiencia de hierro. La anemia grave durante el embarazo puede estar vinculada con resultados más deficientes de salud materna e infantil, como parto prematuro, preeclampsia y bajo peso al nacer, aunque no se ha demostrado una relación clara de causa y efecto.

La anemia por deficiencia de hierro se trata aumentando la ingesta de alimentos fortificados con hierro y/o tomando suplementos de hierro, ya sea por vía oral (como píldoras o líquido) o mediante una infusión intravenosa en el torrente sanguíneo.

### Detección de deficiencia de hierro y anemia

El término *detección* significa buscar una afección o enfermedad en personas que no tienen inquietudes o síntomas específicos relacionados con esa enfermedad.

La detección de la deficiencia de hierro y la anemia por deficiencia de hierro generalmente se realiza con análisis de sangre, que pueden verificar los niveles de hierro, ferritina (una proteína que almacena el hierro) y hemoglobina en la sangre.

### Ventajas y desventajas de la detección de deficiencia de hierro y anemia durante el embarazo

Las ventajas de la detección pueden incluir el hallazgo y tratamiento de la deficiencia de hierro y la anemia en las primeras etapas del embarazo. Sin embargo, ningún estudio ha demostrado que detectar la deficiencia de hierro o la anemia por deficiencia de hierro ayude a prevenir resultados maternos y fetales deficientes relacionados con la anemia por deficiencia de hierro. De manera similar, estudios sobre el tratamiento con hierro de la anemia por deficiencia de hierro detectada en la selección han revelado resultados inconsistentes con respecto a los beneficios maternos y fetales.

Las desventajas de la detección se relacionan principalmente con el tratamiento de la deficiencia de hierro y la anemia por deficiencia de hierro con suplementos de hierro, que pueden incluir efectos secundarios gastrointestinales como náuseas, vómitos, dolor abdominal y estreñimiento.

**La deficiencia de hierro durante el embarazo** puede causar anemia y tener efectos negativos en la salud materna y del bebé. El hierro es esencial para muchos procesos corporales, incluida la producción de glóbulos rojos que transportan oxígeno a través del cuerpo.

Las personas embarazadas podrían realizarse pruebas de detección de deficiencia de hierro si su médico lo recomienda. La deficiencia de hierro ocurre cuando las reservas de hierro en el cuerpo se agotan debido a una mayor necesidad, como durante el embarazo.

Puede producirse anemia si la deficiencia de hierro progresa. Los síntomas pueden incluir los siguientes:

- Fatiga
- Debilidad
- Respiración entrecortada



#### Recomendación del Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU.

Actualmente no hay evidencia suficiente para determinar si las personas adolescentes y adultas embarazadas asintomáticas deberían realizarse pruebas de detección de deficiencia de hierro y anemia por deficiencia de hierro o si deberían tomar suplementos de hierro regularmente.



Si su médico lo sugiere, las personas embarazadas podrían tomar suplementos de hierro.

Si siguen una dieta vegetariana o vegana, las personas embarazadas deben analizar la suplementación con su médico.



### ¿Deberían realizarse pruebas de detección de la deficiencia de hierro y la anemia en personas embarazadas?

De acuerdo con el Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (USPSTF), no hay evidencia suficiente para que las personas embarazadas asintomáticas deberían realizarse pruebas de detección de deficiencia de hierro y anemia por deficiencia de hierro. Tampoco hay evidencia suficiente acerca de si el tratamiento con suplementos de hierro es útil para la prevención de resultados de salud maternos y fetales deficientes relacionados con la anemia por deficiencia de hierro.

#### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU.



Para encontrar esta y otras hojas para el paciente de JAMA, visite la colección de información para pacientes en [jamanetworkpatientpages.com](http://jamanetworkpatientpages.com).

**Autora:** Jill Jin, MD, MPH

**Publicado en línea:** 20 de agosto de 2024. doi:10.1001/jama.2024.14791

**Afiliaciones de la autora:** Editora asociada, JAMA.

**Divulgaciones relacionadas con conflictos de intereses:** No se informó ninguna.

**Fuente:** US Preventive Services Task Force. Screening and supplementation for iron deficiency and iron deficiency anemia during pregnancy: US Preventive Services Task Force recommendation statement (Intervenciones para prevenir las caídas en adultos mayores que viven en la comunidad: recomendaciones del Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU.) JAMA. Publicado en línea el 20 de agosto de 2024. doi:10. 1001/jama.2024.15196

La hoja para el paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden descargar o fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a [reprints@jamanetwork.com](mailto:reprints@jamanetwork.com).