

10 Cosas que deberías saber sobre... ...el déficit de hierro en la infancia



L. García Espinosa, M. García Boyano,
R. Vila de Frutos, S. Criado Camargo

1 El déficit de hierro es el déficit más frecuente en niños, puede tener un impacto importante para su salud y su desarrollo

2 La ferritina es el depósito de hierro del organismo. Se define ferropenia por ferritina <15 microgramos (mcg)

3 La anemia se define como hemoglobina (Hb) menor de 2 Desviaciones Estándar (DE) que la de la población general

4 Anemia ferropénica se define como:

- 6 meses - 5 años: ferritina <15 mcg + Hb <11 g/dl
- 5 años - 12 años: ferritina <15 mcg + Hb <11,5 g/dl

5 La clínica es habitualmente asintomática, pero puede debutar como: irritabilidad, apnea, palidez o rechazo de tomas

6 El adulto sano requiere un aporte de 1-2 mg de hierro diarios, que provienen de la dieta

7 Las reservas de hierro en el recién nacido a término duran hasta los 6 meses de vida

8 Factores de riesgo del déficit de hierro son:

- Déficit de hierro materno
- Hemorragia fetal
- Transfusión feto-materna
- Prematuridad
- Anemia de la prematuridad
- Déficit de hierro en la dieta

9 El déficit de hierro es frecuente en menores de 12 meses por lactancia materna exclusiva y fórmulas sin suplementación:

- Recién nacido a término, se debería iniciar suplementación alrededor del 4º mes con hierro, 1 mg/kg/día
- Prematuros, iniciar a las 2 semanas de vida, 2-4 mg/kg/día

10 Se recomienda hacer un cribado a todos los niños con factores de riesgo

Para saber aún más...

- Powers J, Mahoney D. Iron deficiency in infants and children. Motil K. ed. UpToDate. UpToDate Inc. Disponible en: <https://www.uptodate.com>. Acceso en enero de 2021.
- Blesa Baviera LC. Anemia ferropénica. *Pediatr Integral*. 2016; XX(5): 297-307. Disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2016-06/anemia-ferropenica/>
- Steinberg M, Thein SW. Fetal hemoglobin (hemoglobin F) in health and disease. Menzcer W. ed. UpToDate Inc. Disponible en: <https://www.uptodate.com>. Acceso en enero de 2021.