

Talasemia

La talasemia es una **enfermedad hereditaria de la sangre** (se transmite de padres a hijos). Afecta a la correcta producción de **hemoglobina**, una proteína de los glóbulos rojos encargada de transportar el oxígeno a todo el cuerpo (incluyendo músculos, corazón y cerebro).

La talasemia es más común en algunas zonas mediterráneas como el norte de África y el sur de España y de Italia.

Hay dos tipos de talasemia: **Alfa y Beta**, según qué cadena de la proteína de la hemoglobina esté afectada.

Los pacientes con talasemia **pueden tener menos glóbulos rojos** (llamados también hematíes o eritrocitos) **y estos son más pequeños y menos eficientes**. Esto les puede provocar anemia.

A diferencia de la anemia ferropénica, el problema no es la falta de hierro sino que los genes que controlan la producción de la hemoglobina no funcionan bien.

La gravedad de la talasemia depende de la cantidad de genes afectados.

- **Talasemia menor** (portadores o forma leve): solo hay un gen afectado, no suelen tener síntomas y no precisa tratamiento.
- **Talasemia intermedia o moderada:** tiene más genes afectados, puede aparecer anemia moderada y con síntomas (cansancio, palidez, problemas de crecimiento en niños... Pueden necesitar transfusiones.
- **Talasemia mayor o anemia de Cooley:** es la más grave, presentan anemia severa, fatiga extrema, crecimiento lento, problemas óseos y otras complicaciones. Necesitan transfusiones constantes, terapias para eliminar el hierro acumulado e incluso trasplante de médula ósea.

Vivir con talasemia

Si tiene talasemia:

- Siga el plan de tratamiento recomendado por su médica.
- Mantenga una **dieta equilibrada**, evite un exceso de alimentos que lleven mucho hierro.
- **Evite suplementos de hierro, si no están específicamente prescritos.**
- Hacer vida activa con **ejercicio físico moderado.**
- Consulte con su médica o farmacéutico antes de tomar cualquier medicamento.



Consejo genético

Si tiene talasemia o es portador y está pensando en tener hijos/as, considere el **consejo genético** para entender las posibilidades de transmitir la enfermedad a sus hijos/as.

Recuerde que con un buen seguimiento médico, la mayoría de personas con talasemia pueden llevar una vida plena y activa.