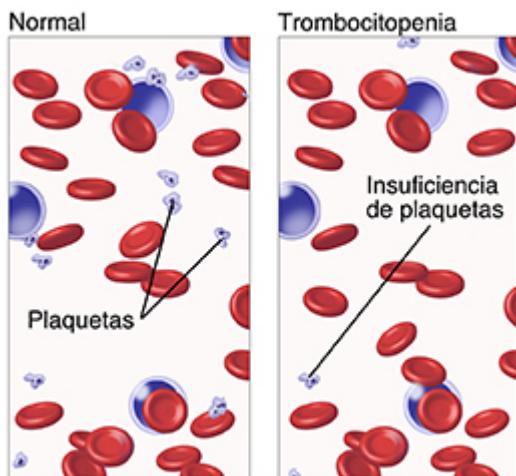


# Trombocitopenia

La trombocitopenia ocurre cuando existe un nivel anormalmente bajo de plaquetas en la sangre. Las plaquetas (trombocitos) son células sanguíneas necesarias para la coagulación de la sangre. Ayudan a controlar el sangrado en una cortada o una herida. La trombocitopenia puede variar de leve a grave. Depende de la cantidad de plaquetas que tenga en la sangre. La trombocitopenia grave aumenta el riesgo de hematomas (moretones) y sangrado.



## Causas de la trombocitopenia

Las plaquetas y otras células de la sangre se producen en la **médula ósea**. La médula ósea es la parte blanda y esponjosa del interior de los huesos. La trombocitopenia puede presentarse si sucede lo siguiente:

- La médula ósea no produce suficientes plaquetas
- El organismo destruye las plaquetas a un ritmo más rápido del que son producidas en la médula ósea
- Las plaquetas se quedan atrapadas en el bazo cuando está agrandado

Estos problemas pueden ocurrir por muchas causas, entre ellas las siguientes:

- Ciertas afecciones que afectan la manera en la que se producen las plaquetas en la médula ósea, como anemia aplásica, leucemia y linfoma
- Determinados medicamentos, como algunos tipos de antibióticos, anticonvulsivos y medicamentos para la quimioterapia
- Ciertas infecciones virales, como la varicela, el VIH y el virus de Epstein-Barr
- Ciertos trastornos inmunitarios, como el lupus y la púrpura trombocitopénica inmunitaria
- Ciertas afecciones que causan un agrandamiento del bazo, como la cirrosis y el cáncer
- Consumo excesivo de alcohol

- Embarazo

## Síntomas de la trombocitopenia

Estos son algunos de los síntomas posibles:

- Hematomas (moretones) o sangrado graves
- Pequeñas manchas rojas o moradas (petequias) en la piel
- Sangrado en las encías
- Sangrados nasales
- Sangrado de una herida que se detiene y vuelve a comenzar
- Sangre en la orina o en las heces
- Períodos menstruales abundantes

## Diagnóstico de la trombocitopenia

Su proveedor de atención médica le hará preguntas sobre sus síntomas y sus antecedentes de salud. También se le realizará un examen. Y le harán pruebas para confirmar el problema. Por ejemplo:

- **Un hemograma completo (HC).** En esta prueba, se hace un recuento de los diferentes tipos de células de la sangre. Eso incluye las plaquetas en el recuento de plaquetas.
- **Un frotis de sangre.** En esta prueba, se examinan los distintos tipos de células de la sangre y su apariencia. Se extiende una muestra de sangre sobre un portamuestras de vidrio y se examina con el microscopio. Se usa un tinte para poder ver las células.
- **Un aspirado y una biopsia de la médula ósea.** Esta prueba sirve para detectar problemas en la producción de células sanguíneas en la médula ósea. Se usa una aguja para extraer una muestra de la médula ósea del hueso de la cadera. Luego se la envía a un laboratorio para analizar si hay algún problema.

## Tratamiento de la trombocitopenia

En general, no se necesita tratamiento para la trombocitopenia. El proveedor de atención médica vigilará sus síntomas para ver si mejoran. También se harán análisis de sangre para comprobar si el recuento de plaquetas se normaliza por sí solo. Si es necesario un tratamiento, puede consistir en lo siguiente:

- **Tratamiento de la causa subyacente.** Por ejemplo, si la causa es un medicamento, es posible que deba dejar de tomarlo o se lo cambien por otro.
- **Transfusiones de plaquetas.** Este tipo de transfusión aumenta la cantidad de plaquetas sanas en el cuerpo.
- **Transfusiones de sangre.** Con este tipo de transfusión, se trata la pérdida de sangre que puede ocurrir a causa del nivel bajo de plaquetas.

- **Medicamentos.** Pueden recetarse medicamentos para prevenir la destrucción de las plaquetas. También pueden administrarse para ayudar a la médula ósea a producir más plaquetas.
- **Cirugía de extirpación del bazo.** El bazo ayuda a filtrar la sangre. También almacena algunas células sanguíneas, entre ellas las plaquetas. Cuando la púrpura trombocitopénica inmunitaria es la causa de la trombocitopenia, las plaquetas quedan atrapadas en el bazo. Si no se controla la púrpura trombocitopénica inmunitaria con medicamentos, un tratamiento eficaz puede ser extirpar (extraer) el bazo.

## ¿Qué puedo esperar en la recuperación y los cuidados posteriores?

La trombocitopenia puede ser un problema de corto plazo (agudo) sin efectos de larga duración. O bien puede ser un problema permanente (crónico). Si su afección es crónica, podría requerir tratamientos específicos para controlarla. Su proveedor de atención médica le explicará qué debe hacer según la causa de su trombocitopenia y las perspectivas a largo plazo.

Es posible que deba tomar determinadas precauciones a diario para reducir el riesgo de sangrado. El proveedor de atención médica le dará instrucciones específicas para los cuidados en el hogar. Siga las instrucciones del proveedor en detalle. Aquí encontrará algunos consejos.

### Actividad

- Es posible que sienta cansancio durante algunas semanas mientras los niveles de plaquetas sean bajos. Sin embargo, intente mantenerse activo. Comience a caminar dentro de su casa o al aire libre tan pronto como se sienta capaz.
- Quizás le indiquen que limite aquellas actividades que aumentan el riesgo de lesiones. Hable con el proveedor de atención médica antes de practicar deportes de contacto. Evite las situaciones que puedan causarle moretones o hemorragias.

### Alimentación y medicamentos

- Si estuvo en el hospital, es probable que pueda retomar la alimentación habitual cuando regrese a su casa. Lleve una alimentación equilibrada, con mucha variedad de frutas y verduras. Esto le permitirá asegurarse de que el cuerpo recibe todos los nutrientes necesarios para producir plaquetas sanas.
- Es posible que le indiquen que no beba alcohol ni tome determinados medicamentos, como aspirinas o ibuprofeno. Estos medicamentos pueden empeorar los síntomas.
- Tome los medicamentos recetados según las indicaciones del proveedor de atención médica. No saltee ni cambie las dosis sin consultar antes con el proveedor.

### Seguimiento constante

- Asista a todas las consultas con el proveedor de atención médica. Un seguimiento continuo con el proveedor es importante para controlar el recuento de plaquetas.
- Preste atención al sangrado y lleve un registro de este, y siga las instrucciones sobre cuándo debe llamar al proveedor de atención médica. Por ejemplo, sangrado cuando se lava los dientes, aumento de los moretones o períodos menstruales abundantes.

## Cuándo llamar al 911

Llame al 911 ante cualquiera de los siguientes casos:

- Sangrado abundante que no cesa. Esto incluye los períodos menstruales muy abundantes en aquellas personas con ciclos menstruales.
- Dificultad para respirar o dolor en el pecho
- Desmayos, mareos o aturdimiento
- Signos de hemorragias cerebrales. Esto incluye dolor de cabeza intenso, mareos, dificultad para mantener el equilibrio y la coordinación, caminar de forma extraña, pérdida de memoria y confusión

## Cuándo llamar a su proveedor de atención médica

Llame enseguida a su proveedor de atención médica si presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Hematomas (moretones) que se extienden o empeoran
- Aumento del número de pequeñas manchas rojas o moradas (petequias) en la piel
- Sangre en la orina
- Heces de color muy oscuro o negruzco, o manchadas de sangre
- Vómitos con sangre
- Síntomas nuevos o que empeoran, o no se siente tan bien como debería