

# Enfermedad renal: administración de hierro para la anemia

Para producir glóbulos rojos, el cuerpo necesita una gran cantidad de hierro. Por esta razón, la mayoría de las personas que usan epoyetina alfa (EPO) necesitan hierro adicional. La EPO es la inyección que las personas con enfermedad renal usan para aumentar los glóbulos rojos. El hierro se puede administrar en forma de pastillas o por vía intravenosa. Algunas personas la reciben de las dos maneras.

## Tome el hierro según las indicaciones

Si toma píldoras de hierro, siga estos consejos:

- Tome las pastillas de hierro con la frecuencia indicada. No omita ninguna dosis.
- Si toma quelantes de fosfato con las comidas, entonces, tome el hierro entre comidas. Si toma ambas cosas al mismo tiempo, el hierro puede quedar atrapado en el quelante. No se absorberá si eso sucede.
- Consuma alimentos con alto contenido de fibra para ayudar a controlar el estreñimiento. Una buena opción son las frutas y los vegetales frescos con bajo contenido de potasio.
- Consulte al proveedor de atención médica sobre el uso de un ablandador de heces si el estreñimiento se vuelve un problema frecuente.
- Hable con el proveedor de atención médica si comienza a tener malestar estomacal o digestivo.
- Las pastillas de hierro pueden hacer que las heces se vuelvan oscuras o negras. Esto no significa que haya algún problema.
- Comuníquese con el proveedor si tiene alguna pregunta o inquietud.

