La anemia y el tratamiento del cáncer

La anemia significa que el número de glóbulos rojos está por debajo de lo normal. Los glóbulos rojos llevan oxígeno por el cuerpo, por lo que la anemia puede hacer que se sienta muy cansado, con falta de aire o aturdido. Los tratamientos del cáncer como la quimioterapia y la radioterapia, y los cánceres que afectan la médula ósea, pueden causarla. Los análisis de sangre detectan la anemia, y hay tratamientos que pueden ayudar.

Esta página es para las personas que reciben tratamiento contra el cáncer, y para quienes las cuidan, que quieren entender la anemia. Explica qué es, sus signos y causas, maneras de controlarla y cuándo buscar ayuda.

Qué es la anemia

La anemia es una afección en la que el número de glóbulos rojos está por debajo de lo normal. Los glóbulos rojos son las células que llevan el oxígeno desde los pulmones a todo el cuerpo para que funcione bien. Cuando usted tiene anemia, su cuerpo no cuenta con suficientes glóbulos rojos para mover el oxígeno como debería.

Como el oxígeno llega a su cuerpo a través de los glóbulos rojos, tener muy pocos puede dejarlo sin energía.

Señales de la anemia

La anemia puede hacer que se sienta muy cansado, con falta de aire y aturdido. Las señales de la anemia también pueden incluir:

- sentirse mareado o a punto de desmayarse
- dolores de cabeza
- latidos rápidos del corazón
- palidez de la piel

Estos síntomas suelen aparecer poco a poco, por lo que es fácil descartarlos como simple cansancio por el tratamiento. Avísele a su médico si está sumamente cansado o si nota otras señales de anemia. Hay tratamientos que pueden ayudar.

Por qué ocurre durante el tratamiento del cáncer

Los tratamientos del cáncer, como la quimioterapia y la radioterapia, pueden causar anemia. Los cánceres que afectan la médula ósea —el tejido blando dentro de los huesos donde se forman las células de la sangre— también pueden causarla. La pérdida de sangre, por ejemplo por un sangrado, también puede contribuir.

Le harán análisis de sangre para detectar la anemia. Un hemograma completo mide sus glóbulos rojos y un valor relacionado llamado hemoglobina, la proteína de los glóbulos rojos que transporta el oxígeno. El tratamiento de la anemia depende de sus síntomas y de lo que la está causando. Como puede haber distintas causas, su equipo de atención médica examina el panorama completo antes de decidir qué puede ayudar.

Maneras de controlar la anemia

Si tiene fatiga a causa de la anemia, estos pasos pueden ayudar:

- **Ahorre energía y pida ayuda.** Elija cada día las cosas más importantes por hacer. Cuando las personas le ofrezcan ayuda, acéptela: pueden llevarlo al médico, preparar comidas o hacer otras cosas para las que usted está demasiado cansado.
- **Equilibre el descanso con la actividad.** Tome siestas cortas durante el día, pero tenga presente que demasiado reposo en cama puede hacer que se sienta débil. Puede sentirse mejor si da caminatas cortas o hace un poco de ejercicio cada día.
- **Coma y beba bien.** Hable con su médico, enfermero o un dietista registrado para saber qué alimentos y bebidas son mejores para usted. Es posible que necesite comer alimentos ricos en proteínas o en hierro.

Su equipo de atención médica puede decirle si en su caso podrían ayudar los medicamentos, las pastillas de hierro, una transfusión de sangre u otros tratamientos. No empiece a tomar pastillas de hierro ni otros suplementos por su cuenta. El hierro solo ayuda si la causa es el hierro bajo, y su equipo necesita saber qué está tomando.

Cuándo buscar ayuda antes

- **Llame al 911 o vaya a la sala de emergencias si** la falta de aire aparece de golpe, o es tan fuerte que le cuesta hablar, o si se desmaya. No maneje usted mismo.
- **Llame al 911 o vaya a la sala de emergencias si** siente molestia, dolor o presión en el pecho. La anemia hace que el corazón trabaje más, y el dolor de pecho se trata como un posible problema del corazón hasta que las pruebas demuestren lo contrario. No maneje usted mismo.
- **Llame al 911 o vaya a la sala de emergencias si** un sangrado no se detiene después de hacer presión firme y constante. No maneje usted mismo.
- **Llame al 911 o vaya a la sala de emergencias si** sus heces son negras y alquitranadas, ve mucha sangre en las heces, el sangrado viene con mareo o desmayo, o vomita sangre o algo

que parece posos de café. Pueden ser señales de sangrado en el tubo digestivo (MedlinePlus (medlineplus.gov/ency/article/003133.htm)). No maneje usted mismo.

- **Llame a su equipo de atención médica de inmediato, a cualquier hora del día o de la noche, si** recibe quimioterapia y su temperatura llega a 100.4 °F (38 °C) o más. Los CDC describen esto como una emergencia médica, porque la fiebre puede ser la única señal de una infección, y una infección durante la quimioterapia puede poner la vida en peligro. Tenga también a la mano el número para fuera de horario. Si no logra comunicarse con nadie rápidamente, vaya a la sala de emergencias y diga que está en quimioterapia apenas llegue.
- **Llame a su equipo de atención médica de inmediato si** tiene el corazón acelerado o irregular, o si se siente mareado o a punto de desmayarse, incluso al ponerse de pie.
- **Llame a su equipo de atención médica de inmediato si** ve sangre en las heces (MedlinePlus (medlineplus.gov/ency/article/003130.htm)), o si la orina es roja o rosada (NCI (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/bleeding-bruising)).
- **Llame a su equipo de atención médica el mismo día si** siente más falta de aire de lo habitual con actividades sencillas, si el cansancio sigue empeorando, o si la piel se ve pálida o los ojos se ven amarillentos.

Vale la pena informar los síntomas temprano en lugar de aguantarse.

Fuentes

- National Cancer Institute — Anemia and Cancer Treatment (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/anemia)
- NHLBI — Anemia: Symptoms (nhlbi.nih.gov/health/anemia/symptoms)
- NHLBI — Anemia: Treatment and Management (nhlbi.nih.gov/health/anemia/treatment)
- National Cancer Institute — Bleeding and Bruising (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/bleeding-bruising)
- MedlinePlus — Gastrointestinal bleeding (medlineplus.gov/ency/article/003133.htm)
- MedlinePlus — Bloody or tarry stools (medlineplus.gov/ency/article/003130.htm)
- MedlinePlus — Breathing difficulty (medlineplus.gov/ency/article/003075.htm)
- MedlinePlus — Breathing difficulties, first aid (medlineplus.gov/ency/article/000007.htm)
- CDC — Watch Out for Fever (Preventing Infections in Cancer Patients) (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html)

Basado en una fuente confiable

Esta es una explicación en lenguaje sencillo de contenido educativo basado en Instituto Nacional del Cáncer. Lea la fuente original para obtener información completa y actualizada. Solo con fines educativos: no es un consejo médico. Hable siempre con su propio equipo de atención médica.

Instituto Nacional del Cáncer: cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/anemia

Última actualización: 2026-10-28

Usted tiene derecho a un intérprete gratuito. Los hospitales y clínicas de los Estados Unidos que reciben fondos federales deben ofrecerle un intérprete calificado sin costo. Puede pedirlo en la recepción o antes de su cita. No tiene que traer a un familiar ni a un niño para que le interprete.

En línea: cancerexplained.org/es/temas/la-anemia-y-el-tratamiento-del-cancer

Traducido del artículo en inglés de cancerexplained.org. La versión en inglés es la que se revisa contra la fuente.

Solo información educativa, no consejo médico. Un sistema editorial asistido por IA ayudó a preparar esta página. Ningún revisor médico identificado la ha revisado, a menos que se indique uno.

Puede imprimir, copiar y compartir esta hoja gratis y sin cambios. No necesita pedir permiso. Por favor, no modifique el contenido médico. Cite: cancerexplained.org. Información educativa, no consejo médico.