

Policitemia vera

¿Qué es la policitemia vera?

La **policitemia vera** es una condición en la que la médula ósea fabrica demasiada cantidad de células sanguíneas, especialmente glóbulos rojos. Si hay demasiada cantidad de glóbulos rojos, la sangre se espesa. Esto aumenta su riesgo de tener varios problemas de salud graves.

Con tratamiento, la mayoría de las personas presentan muy pocos problemas. Sin tratamiento, puede poner en peligro la vida.

¿Qué causa la policitemia vera?

La policitemia aparece debido a un cambio en la médula ósea, que es donde se producen las células sanguíneas. Los investigadores aún desconocen las causas de este cambio, pero ocurre más a menudo en los hombres que en las mujeres y principalmente en pacientes mayores de 40 años de edad. Algunas veces es hereditaria.

¿Cómo se diagnostica?

Por lo general, se detecta a través de una prueba de sangre. Si la prueba de sangre muestra señales de policitemia vera, su médico puede confirmar el diagnóstico mediante otras pruebas, como una prueba de médula ósea o una prueba genética (ADN).

¿Cuáles son los síntomas?

Algunas personas no notan muchos síntomas, incluso después del diagnóstico. Los síntomas evidentes pueden incluir:

- Dificultad respiratoria al permanecer recostado
- Falta de aliento
- Dolor de cabeza
- Mareos
- Comezón, en especial después de un baño o una ducha
- Enrojecimiento de la piel, especialmente en la cara
- Entumecimiento, hormigueo, ardor o debilidad en las manos, los pies, los brazos o las piernas
- Sensación de llenura en la parte superior izquierda del abdomen

La mayoría de estos síntomas aparecen por la mala circulación y el espesamiento y coagulación de la sangre.



¿Qué necesito hacer ahora?

- 1 Si fuma, trate de dejar de hacerlo.
- 2 Haga ejercicio al menos tres veces por semana para mejorar la circulación de la sangre.
- 3 Cuide las llagas de la piel, las cuales pueden curarse más lentamente debido a esta condición.

¿Cómo se trata la policitemia vera?

La policitemia vera no puede curarse. La meta del tratamiento es diluir la sangre. Esto ayuda a prevenir los síntomas y las complicaciones. Los tratamientos incluyen:

- Extracción de sangre (también llamada **flebotomía**). La sangre se extrae cada semana, aproximadamente, hasta que los niveles sanguíneos vuelven a la normalidad.
- Medicamento para reducir la producción de glóbulos rojos.
- Medicamento para diluir la sangre, como aspirina a dosis baja.

Si la **policitemia vera no se trata**, puede hacer que la sangre se espese. Esto puede ponerlo en riesgo de:

- **Formación de coágulos de sangre**, lo cual hace que usted tenga más probabilidades de sufrir un accidente cerebrovascular, un ataque al corazón u obstrucción de las arterias de los pulmones o en lo profundo de un músculo
- **Sangrado** del estómago u otras partes del tracto intestinal
- **Dolor articular** causado por la inflamación (gota)
- **Bazo agrandado**, lo que posiblemente requiera cirugía para extirparlo
- Otros problemas de la sangre o la médula ósea. Estos son raros.

¿Qué puedo hacer acerca de ella?

La policitemia vera afecta la circulación. Lo más importante que puede hacer es intentar mejorar la circulación y proteger la piel. Siga las siguientes recomendaciones:

- **Haga ejercicio** para mejorar la circulación y reducir el riesgo de formación de coágulos de sangre.
- **Deje de fumar.** El tabaco estrecha los vasos sanguíneos y aumenta el riesgo de coagulación.
- **Cuide su piel.** La mala circulación puede hacer que la curación de las llagas sea lenta.
- **Evite las temperaturas extremas.** Si tiene mala circulación, es posible que sea más sensible a las temperaturas extremadamente cálidas o frías.



¿Cuándo debo llamar al 911?

Llame al **911 de inmediato** si presenta cualquiera de las siguientes señales de un accidente cerebrovascular:

- Entumecimiento o debilidad en la cara, los brazos o las piernas
- Dificultad para hablar
- Visión borrosa o problemas para ver
- Mareos o pérdida del equilibrio
- Dolor de cabeza intenso



¿Cuándo debería llamar a mi médico?

Comuníquese con su médico de **inmediato** si cualquiera de estos síntomas aparecen de manera repentina:

- Dificultar respiratoria cuando se recuesta
- Falta de aliento
- Dolor de cabeza
- Mareos
- Comezón, especialmente después de un baño o una ducha
- Enrojecimiento de la piel, en especial en la cara
- Entumecimiento, hormigueo, ardor o debilidad en las manos, los pies, los brazos o las piernas
- Sensación de saciedad en la parte superior izquierda del abdomen