

Despre Ziua Carenței de Fier

Ziua Carenței de Fier are loc în fiecare an pe 26 noiembrie. Ziua este dedicată:

- Creșterii gradului de conștientizare asupra problemei serioase de sănătate publică reprezentată de carența (deficitul) de fier
- Evidențierii impactului semnificativ pe care carența de fier și anemia feriprivă îl pot avea asupra vieții celor ce trăiesc cu aceste probleme¹
- Ajutării oamenilor să recunoască simptomele frecvente și adesea trecute cu vederea

Vrem ca oamenii să fie informați despre fier. Să înțeleagă de ce fierul este atât de important pentru corpul nostru și ce se poate întâmpla atunci când nu primim destul, prin recunoașterea simptomelor și acționare. Prin informarea oamenilor cu privire la importanța unor niveluri sănătoase de fier, vom încuraja mai mulți oameni să discute cu furnizorii lor de asistență medicală cu privire la carența de fier și anemia feriprivă.

Importanța fierului și carența de fier

Foarte simplu spus, fără fier, corpul uman nu poate funcționa corect. Fierul este necesar în tot corpul. Este esențial pentru producerea de globule roșii și asigurarea funcționării eficiente a mușchilor inimii și ai scheletului.² De asemenea, fierul joacă un rol vital în combaterea infecțiilor și bolilor, menținerea nivelurilor de energie³ și funcționarea normală a creierului.⁴

Carența de fier înseamnă că nu există suficient fier disponibil în organism pentru a permite funcționarea sa corectă.⁵

Anemia feriprivă

Anemia feriprivă apare atunci când nivelul de fier stocat în organism este atât de scăzut încât corpul nu mai poate produce suficientă hemoglobină, necesară pentru a produce celule roșii sanguine sănătoase.⁶ Hemoglobina este proteina ce se găsește în interiorul celulelor roșii care transportă oxigen în țesuturi și organe din tot corpul, lucru esențial pentru a funcționa corespunzător.⁷

Carență de fier sau anemie feriprivă?

Există o diferență clinică între carența (deficitul) de fier și anemia feriprivă.⁵ Având o disponibilitate scăzută a fierului (carență de fier), nu înseamnă neapărat că veți dezvolta anemie feriprivă. Pentru a stabili dacă cineva are carență de fier sau anemie feriprivă, se efectuează un test de sânge, care va analiza o serie de lucruri:

- Nivelul hemoglobinei: este componenta principală a celulelor roșii, ce necesită fier pentru a transporta oxigenul în corp. O analiză a sângelui va confirma dacă nivelul se află în limitele normale așteptate pentru vârsta, sexul și statusul fiziologic (de exemplu sarcină) ale persoanei.⁸ Hemoglobina de una singură nu poate fi totuși utilizată pentru a diagnostica deficitul de fier.⁹
- Feritina serică: măsoară cantitatea de fier stocată în organism.¹⁰
- Coeficientul de saturație a transferinei (TSAT): măsoară cât de mult din fierul stocat în organismul dumneavoastră este disponibil și poate fi folosit pentru producerea de noi celule roșii sanguine.¹¹



Conștientizare

În ciuda consecințelor grave și a prevalenței ridicate, carența de fier,¹² rămâne în continuare o afecțiune puțin recunoscută. Ca rezultat, mulți oameni nu sunt conștienți că sănătatea și starea lor de bine sunt compromise.^{13,14} Chiar și printre acei oameni care sunt conștienți de carența de fier, unii nu-i pot recunoaște simptomele.¹⁵

Tocmai din cauza acestei lipse de conștientizare ne concentrăm pe educația legată de simptomele și impactul carenței de fier și le recomandăm oamenilor să vorbească cu un profesionist în domeniul sănătății dacă recunosc vreunul din simptome.



Faceți cunoștință cu simptomele carenței de fier și ale anemiei feriprive

Carența de fier și anemia feriprivă pot afecta pe oricine – sunt larg răspândite afectează bărbați, femei, tineri și vârstnici, în întreaga lume.^{14,4} Recunoașterea simptomelor carenței de fier și anemiei feriprive este adesea cea cel mai mare obstacol către obținerea unui diagnostic.⁵ Simptomele se pot manifesta în mai multe feluri, ele sunt greu de identificat și pot fi asociate cu numeroase alte condiții medicale.⁵

În această Zi a Carenței de Fier, căutăm să evidențiem simptomele deficitului de fier și să creștem conștientizarea legată de impactul semnificativ pe care îl poate avea această condiție medicală asupra celor ce trăiesc cu ea. Lista de verificare simptome enumeră simptomele principale asociate carenței de fier și anemiei feriprive și le aduce la viață cu ajutorul unui personaj animat, pentru a explica mai departe fiecare simptom. Faceți cunoștință cu simptomele la [Lista de verificare simptome](#).



Vifor Pharma, o companie a Grupului Vifor Pharma, este lider mondial în descoperirea, dezvoltarea, producerea și comercializarea produselor farmaceutice pentru tratamentul deficitului de fier. Compania are de asemenea, un portofoliu diversificat de medicamente cu prescripție medicală, precum și produse eliberate fără prescripție medicală. Vifor Pharma, cu sediul la Zürich/Elveția, are o prezență globală în creștere, cu o vastă rețea de filiale și parteneri în întreaga lume. Pentru mai multe informații despre Vifor Pharma, vizitează www.viforpharma.com și www.viforpharma.ro. Website-urile www.ziuacarenteidefier.ro și www.carentadefier.ro au fost create cu intenția de a oferi informații educaționale publicului la nivel internațional, cu excepția rezidenților din SUA. Toate informațiile conținute aici sunt create exclusiv în scop educațional și nu înlocuiesc consultarea unui specialist din domeniul sănătății. Toate deciziile privind îngrijirile acordate pacienților Site-ul www.ziuacarenteidefier.ro este destinat publicului larg. Conținutul website-ului este aprobat de Agenția Națională a Medicamentului și a Dispozitivelor Medicale (ANMMDM). Nr. aprobare ANMMDM: 5332E /29.05.2019 Acest material educațional este destinat publicului larg trebuie luat de specialiști din domeniul sănătății, pe baza nevoilor individuale ale fiecărui pacient.

Referințe

1. Hasan TH, et al. Impact of Iron Deficiency Anemia on the Function of the Immune System in Children. *Medicine* 95.47 (2016): e5395. PMC.
2. Camaschella C. Iron-deficiency anemia. *N Engl J Med*. 2015; 372:1832–1843.
3. Beard JL. Iron biology in immune function, muscle metabolism and neuronal functioning. *J Nutr*. 2001;568-580.
4. Pinero DJ, Connor JR. Iron in the Brain: An Important Contributor in Normal and Diseased States. *Neurosci*. 2000;6(6):435-453.
5. Cappellini MD et al. Iron deficiency across chronic inflammatory conditions: International expert opinion on definition, diagnosis, and management. *Am J Hematol*. 2017 Oct;92(10):1068-1078.
6. Fernando B, et al. A guide to diagnosis of iron deficiency and iron deficiency anemia in digestive diseases. *World J Gastroenterol*. 2009 Oct 7; 15(37): 4638-4643.
7. PubMed Health. Erythrocytes (red blood cells). Available at URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMHT0022014/> Last accessed: June 2018.
8. World Health Organisation. Nutritional anaemias: tools for effective prevention and control. 2017. Available at URL: <http://www.who.int/nutrition/publications/micronutrients/anaemias-tools-prevention-control/en/>. Last accessed: June 2018.
9. World Health Organization. Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity. Vitamin and Mineral Nutrition Information System. Available at URL: <http://www.who.int/vmnis/indicators/haemoglobin.pdf>. Last accessed: June 2018.
10. National Heart Lung and Blood Institute. How is Iron Deficiency Anemia Diagnosed. Available at URL: <https://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/ida/diagnosis>. Last accessed: June 2018.
11. Elsayed M et al. Transferrin Saturation: A Body Iron Biomarker. *Adv Clin Chem*. 2016;75:71-97.
12. World Health Organisation. Worldwide prevalence of anaemia 1993-2005. 2008. Available at URL: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43894/9789241596657_eng.pdf;jsessionid=9C613E2F4D481EDEB9DE07986AFCE0C7?sequence=1. Last accessed: June 2018.
13. Thachil J. Iron deficiency: still under-diagnosed? *Br J Hosp Med*. 2015;76(9):528-532.
14. Miller JL. Anemia: a common and curable disease. *Cold Spring Harb Perspect Med*. 2013 Jul; 3(7).
15. Caramelo L, Mezzacasa A and Kassebaum NJ. Iron Deficiency. Understanding perceptions of sufferers and the general public. EHA 21st Annual Congress, 9-12 June 2016, Copenhagen, Denmark