

¿Qué es la Pancitopenia?

Es el descenso anormal de los elementos celulares de la sangre: **glóbulos rojos, glóbulos blancos y plaquetas.**

Causas que la producen:

La Pancitopenia se debe principalmente a:

- ✚ Enfermedades que afectan a la médula ósea, como neoplasias malignas.
- ✚ Tratamientos con quimioterapia o radioterapia.

¿Qué sucede si bajan los glóbulos blancos?

Como son los encargados de defender a nuestro organismo de los agentes infecciosos... si bajan en número, **hay más riesgo de enfermarnos.**

Al descenso de globulos blancos de lo conoce como **LEUCOPENIA**

NEUTROPENIA: es el descenso en el recuento de los neutrófilos (un tipo de glóbulo blanco) por debajo de 1800 / mm³.

Según el Valor (en número) de Neutrófilos, la **NEUTROPENIA** se clasifica en:

- ✚ Leve: de 1000 a 1500 / mm³
- ✚ Moderada: de 500 a 1000 / mm³
- ✚ Severa: menos de 500 / mm³

Consecuencias de la Neutropenia:

✓ Infecciones recurrentes (a menor recuento de neutrofilos, mayor es el riesgo de infectarnos).

Los sitios más comunes de infección son: cavidad oral, mucosas, piel, pulmón y torrente sanguíneo.

Tenga presente:

✓ Si es portador de un catéter venoso central, debe controlárselo diariamente y avisar al médico si presenta signos de infección como: secreciones en sitio de salida, induraciones, ampollas, dolor o enrojecimiento.

✓ Si presenta **FIEBRE** es una **urgencia hematológica** y debe asistir al médico de inmediato.

Recomendaciones durante la Neutropenia

- ◆ Limpieza del hogar: evite métodos de limpieza que dispersen polvo.



- ◆ Evite lugares en donde haya alguna obra en construcción, y si hay alguna muy cerca de su hogar, mantenga sus ventanas cerradas.
- ◆ Evite el contacto con personas enfermas



- ◆ Consuma solo agua mineral y bebidas pasteurizadas (con buena conservación). Consuma alimentos cocidos, de origen conocido. Evite **condimentos**. No coma alimentos crudos ni embutidos. **Consulte dieta con su nutricionista.**



- ◆ Evite el contacto directo con animales, plantas, flores (puede tocarlos, pero con guantes).
- ◆ Use **siempre** preservativo durante el contacto sexual. Es conveniente el uso de lubricantes.
- ◆ Mantenga integra la piel, use crema con vitamina A. use desodorantes hipoalergenicos y sin perfume.
- ◆ Báñese en forma diaria con jabón antiséptico y realice la higiene bucal después de cada comida.

Lávese las manos frecuentemente.



- ◆ Observe y valore el estado de su piel, boca, expectoraciones, materia fecal y orina... **Si presenta signos o síntomas de estar enfermo como: resfrío - diarrea - dolor abdominal, sarpullido en piel consulte a su médico y recuerde que la Fiebre es una Urgencia hematológica!**



¿Qué sucede si bajan los glóbulos rojos?

Los **glóbulos rojos** son los encargados de transportar y entregar el oxígeno a todas las células de nuestro cuerpo. Esto lo hace por medio de una proteína llamada **hemoglobina**.

Al descenso del recuento de hemoglobina se lo conoce como **ANEMIA**, y se puede manifestar con los siguientes síntomas:

- ✓ Palidez de piel y mucosas
- ✓ Taquicardia (palpitaciones)
- ✓ Mareos, cefalea, somnolencia
- ✓ Disnea al esfuerzo (anemia más severa)
- ✓ Problemas para concentrarse
- ✓ Fatiga

Anemia: caída de la hemoglobina.

- ✚ Varones con menos de 13 gr /dl
- ✚ Mujeres con menos de 12 gr /dl
- ✚ Embarazadas con menos de 11gr/ dl

Recomendaciones durante la Anemia

- ◆ Realice actividades que no requiera mucho esfuerzo físico y evite los esfuerzos inútiles.
- ◆ Mantenga periodos de descanso luego de algunas tareas.



¿Qué sucede si bajan las plaquetas?

Las plaquetas son las encargadas de "taponar" y cerrar las heridas... si bajan en número, hay **más riesgo de sangrado (hemorragias).**

Al descenso de recuento de las plaquetas se denomina plaquetopenia o trombocitopenia.

Plaquetopenia: es el descenso en el recuento de plaquetas. Valor normal: 150000 – 450000 / mm³

La plaquetopenia se clasifica:

- ✚ Leve 150-100.000/mm³
- ✚ Moderada 100-50.000/mm³
- ✚ Severa 50.000/mm³.
- ✚ Muy severa 20.000/mm³.

Signos de Plaquetopenia :

- ✓ Hematomas (moretones)
- ✓ Petequias (puntitos rojos con relieve en la piel)
- ✓ Gingivorragia (sangrado de encías)
- ✓ Epistaxis (sangrado nasal)
- ✓ Hematuria (presencia de sangre en la orina)
- ✓ Proctorragia (hilos de sangre en materia fecal)

“El sangrado puede aparecer de repente, o con un golpe leve, o al sonarse fuerte la nariz, o con la tos, o con los vómitos, o en la materia fecal al esfuerzo...”



Recomendaciones en la plaquetopenia:

- ◆ Utilice cepillo blando o hisopos. No utilice hilo dental ni escarbadiantes.



- ◆ Cuide la dieta para evitar constipación.
- ◆ No es recomendable el contacto sexual si sus plaquetas son inferiores a 50.000 / mm³.
- ◆ Use ropa cómoda y floja.
- ◆ Evite navajas u otros elementos corto-punzantes al rasurarse. Use solo maquina eléctrica. Evite depilarse. Evite el corte las uñas (puede limárselas con una lima de cartón).



- ◆ No tomar aspirinas ni ibuprofeno, en caso de dolor avisar al médico.
- ◆ No realizar deportes violentos.



- ◆ En caso de **hemorragia o ante la presencia de síntomas como visión borrosa, cefalea intensa o brusca, o trastorno del habla...**

Acuda de manera urgente al médico!!!

Si usted es portador de un catéter...



Tenga presente los siguientes cuidados:

- Usted podrá hacer todas las actividades diarias “comunes” como vestirse, dormir boca abajo o de costado, caminar, correr, hacer yoga...
- No es recomendable que realice actividades de uso extremo con el brazo del lado en que tiene colocado el catéter: por ejemplo remo, golf, tenis, natación, tocar batería, levantamiento de pesas. No cargue demasiado peso con ese brazo. **Ante la duda consulte.**



- **No se sumerja en el agua.** Evite piscinas y baños de inmersión (Si puede hacerlo si posee un catéter portal libre de puntos y con la herida quirúrgica totalmente cicatrizada).
- **Es motivo de consulta si observa alguno de los siguientes signos y síntomas de alarma:**
 - ⇒ Aumento del tamaño o dolor en el brazo del lado que tiene colocado el catéter.
 - ⇒ Gasas húmedas o manchadas con sangre. Parche adhesivo despegado. Supuración bajo el parche.
 - ⇒ Enrojecimiento, aumento de la temperatura, inflamación en la zona del catéter.
 - ⇒ Fiebre (temperatura de 38° o mas).

“La salud es la unidad que da valor a todos los ceros de la vida”

B. B. de Fontenelle



Sociedad Argentina
de Hematología

SUBCOMISION DE ENFERMERIA

PACIENTE CON PANCITOPENIA

“Guía para el desarrollo de autocuidados”



RECOMENDACIONES PARA EL HOGAR

AUTORES

Alumnos de 2do año del curso de
Enfermería Hematológica

Mario Ferreira - Daniela Echeverría
Silvia Cativas - Sandra Mendoza-
Diego Ambrosig - Susana Rodríguez -
Giovanna Antezana - Vanesa Mas -
Olga Ardiles - Gisela Ruiz -
Nancy Tapia - Silvina Rojas.

Coordinadora del curso: Lic. Nidia Flores