

## Anemia

Todas las respuestas

Hernández Moreno, Julio

Editorial: Océano

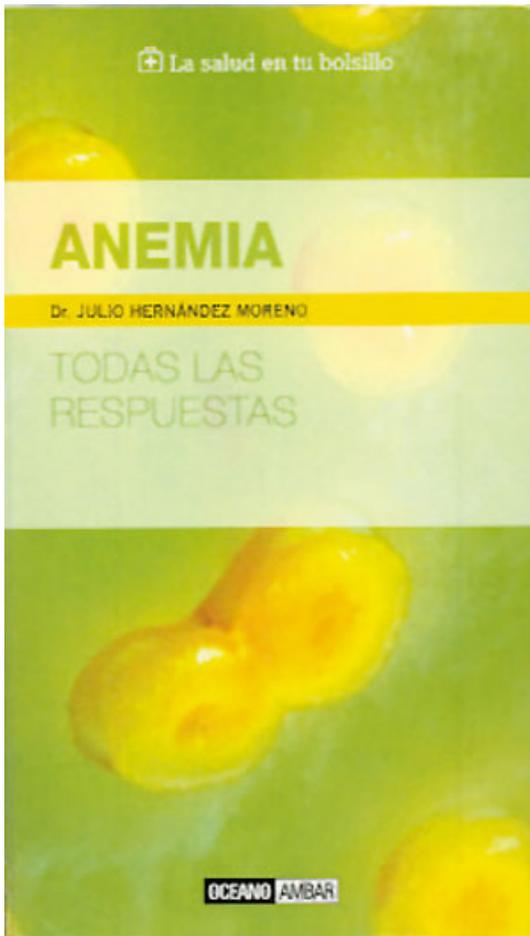
ISBN: 9788475567914

Páginas: 88

Dimensiones: 9 x 15,5 cm  
Presentación: Rústica con tapas fundadas en plástico

PVP.: 4,90 €

Colección: La salud en tu bolsillo



### SINOPSIS

Pérdidas de sangre provocadas por una hemorragia, menstruaciones muy abundantes, embarazo, hemorroides, úlcera digestiva, una dieta pobre en hierro o dificultad para absorberlo son las causas más frecuentes de la anemia. Una dolencia que, aunque con variaciones en función de la causa, suele manifestarse con síntomas como cansancio, cefaleas, irritabilidad, palidez de la piel, fragilidad de pelo y uñas...

Como la anemia nutricional más frecuente es la provocada por la falta de hierro, dedicaremos gran parte de este libro a la anemia ferropénica y a sentar las bases de una dieta rica en este mineral.

Además, en esta obra conocerás:

- Qué tipos de anemia existen
- Por qué se producen
- Cómo podemos saber si tenemos anemia
- La importancia del hierro para la salud