

# Competencias clave

## Anemia

Hablamos de anemia cuando disminuye la concentración de **hemoglobina** en **sangre**, aunque la de **eritrocitos** sea normal o incluso elevada. La concentración de la proteína hemoglobina en nuestra sangre depende de factores diversos como la edad, el sexo, las condiciones ambientales y los hábitos alimentarios. En España, la causa más habitual de anemia es la falta de **hierro** (anemia ferropénica) cuya incidencia es especialmente elevada en mujeres jóvenes y niños en edad de crecimiento. Los principales síntomas de la anemia son: palidez, cansancio, trastornos del **aparato digestivo** y palpitaciones del **corazón**.

Adaptado. <http://www.webconsultas.com/categoria/salud-al-dia/anemia>

## Tareas propuestas

- Busca en un diccionario la definición de los términos marcados en negrita.
- Indica el nivel de organización al que corresponden los términos anteriores.
- Amplía tu información sobre la anemia y trata de elaborar una lista de tres hábitos saludables para prevenirla.

