

## plaquetas

Escrito por Paqui Vicente - 17/09/2009 09:04

---

Hola Salvador, ¿que tal?

verás he recogido una analítica para el momento del parto en el que se valoran mis plaquetas , parece ser que están un poquito bajas y que en el momento del parto me tendrán que sacar una pequeña muestra de sangre para ver de nuevo el nivel y valorar entonces si se puede o no utilizar epidural.

mi pregunta es la siguiente , hay alguna forma de conseguir que suba el nivel de plaquetas?, consumir algún alimento, hacer algo?

Un saludo,Paqui

=====

## Re:plaquetas

Escrito por salvadorgrau - 19/09/2009 11:39

---

Hola de nuevo Paqui:

los niveles normales de plaquetas estan entre 150000 y 450000. Aunque esten un poco mas bajas de 150000 el anestesista es el que valora cada caso particular, puesto que no solo se analizan las plaquetas sino tambien unos parametros de coagulacion, tales como el tiempo de protrombina, el indice de Quick,..etc. Habitualmente por encima de 100000 plaquetas suelen poner la epidural, pero insisto en que el anestesista que esté en ese momento valorará tu caso particular.

Alimentos para que las suban no creo que existan, pero sí puedes DEJAR DE CONSUMIR algun alimento que si estás en el limite podria bajarlas todavia mas: me refiero al famoso Omega- 3 Omega-6, ya sabes que se encuentra sobre todo en el pescado azul. Procura evitar ingerirlo a ver si subieran un poco.

Quería aclarar para que no existan malentendidos que toda embarazada debe de consumir Omega-3, éste no va a afectar a sus plaquetas, pero las que las teneis al limite procurar no ingerirlo para que no desciendan de ese limite.

Espero haberte aclarado algo. Un saludo y gracias

=====