



American Kidney Fund
6110 Executive Boulevard, Suite 1010
Rockville, MD 20852
Teléfono: (301) 881-3052, Fax: (301) 881-0898
Número gratuito: (800) 638-8299
En Español: (866) 300-2900
HelpLine@kidneyfund.org
<http://www.kidneyfund.org>

Campaña federal combinada No. 0508

American
Kidney Fund

reaching out
giving hope
improving lives

Lo que se debe
saber sobre la
enfermedad renal

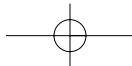


American Kidney Fund

reaching out
giving hope
improving lives



American Kidney Fund





nos acercamos
damos esperanza
mejoramos vidas

Lo que se debe saber sobre la enfermedad renal

Casi 80,000 estadounidenses mueren por insuficiencia renal cada año. Es importante que sepa sus riesgos y que tome medidas. Esta guía le ayudará.

Aprenderá sobre:

- Los riñones y la función que cumplen
- Enfermedades renales comunes
- Riesgos de la enfermedad renal
- Síntomas de la enfermedad renal
- Exámenes para la enfermedad renal
- Tratamientos para la insuficiencia renal
- Prevención de la enfermedad renal

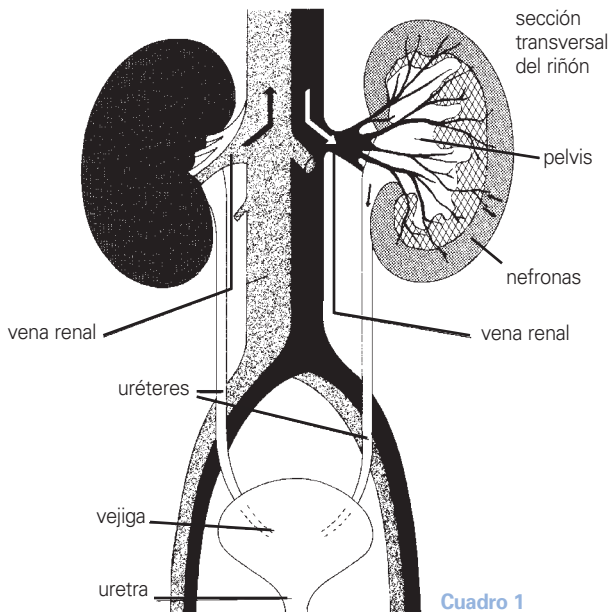


Los riñones

En la mayoría de la gente.

- Hay dos riñones:
- Los riñones se ubican a ambos lados de la espina dorsal, justo bajo la caja torácica.
- Los riñones tienen un tamaño similar a un puño.
- Los riñones tienen una forma similar a los frijoles "Kidney."

Los riñones están conectados a la vejiga mediante tubos llamados uréteres.



Cuadro 1

El sistema urinario

La función que cumplen los riñones

Los riñones funcionan como una especie de colador o filtro. Los riñones conservan algunas cosas que son necesarias en el organismo, y eliminan otras innecesarias. Los riñones también cumplen muchas otras funciones necesarias para vivir.

Los riñones:

- Fabrican orina.
- Eliminan desechos y líquido suplementario de la sangre.
- Controlan el equilibrio químico del organismo.
- Ayudan a controlar la presión arterial.
- Ayudan a mantener huesos sanos.
- Ayudan a fabricar glóbulos rojos.

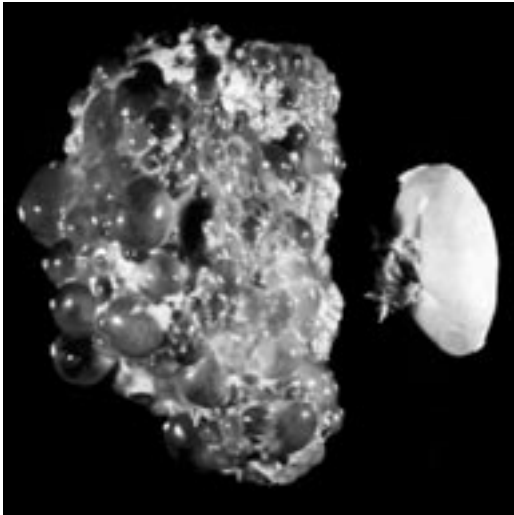
Enfermedad renal crónica

La "enfermedad renal" abarca varios tipos de enfermedades. Una enfermedad renal común (ERC) es la enfermedad renal crónica. La ERC consiste en la pérdida permanente de cierta función renal. La ERC puede deberse a muchas enfermedades distintas (diabetes, alta presión arterial, algunas infecciones, etc.) o una lesión física.

Otras enfermedades renales comunes

Cálculo renal – Un trozo de material sólido que se forma en el riñón con sustancias presentes en la orina. Los cálculos pueden ser muy dolorosos. Los cálculos pueden a veces bloquear el flujo de orina. Los cálculos pueden causar sangre en la orina. Aunque los cálculos son comunes, rara vez dañan permanentemente los riñones.

Enfermedad renal policística (PKD) – Un trastorno genético en el cual aparecen numerosos quistes en los riñones. Los quistes de la PKD pueden reemplazar



Un riñón con PKD (a la izquierda) comparado con un riñón normal (a la derecha).

Fotografía cortesía de la Polycystic Kidney Disease Foundation.

lentamente gran parte de la masa de los riñones y pueden llevar a la insuficiencia renal.

Infecciones del riñón – Llamada también pielonefritis. Las infecciones del riñón se deben comúnmente a bacterias que se propagan desde la vejiga.

Quistes renales simples – Bolsillos anormales de líquido en los riñones. A menos que los quistes causen dolor, sangrado o se infecten, generalmente no necesitan tratamiento. Su médico puede tener que vigilar estrechamente algunos quistes.

Cáncer del riñón – Una enfermedad en que se forma uno o varios tumores en el riñón.

Síndrome nefrótico – Esta afección no es una enfermedad en sí, pero puede ser el primer síntoma de otra enfermedad que ataca los riñones. Los síntomas incluyen proteína en la orina, bajo nivel de proteína en la sangre e hinchazón.

¡Recuerde! Si se deja sin tratamiento cualquier enfermedad renal, puede producirse daño renal futuro. El daño renal puede producir insuficiencia renal.

Para obtener más información acerca de alguna de las enfermedades anteriores o cualquier otra afección renal, póngase en contacto con la Línea Directa del Fund llamando al 866.300.2900 o por Internet en helpline@kidneyfund.org.

Riesgos de la enfermedad renal

Cualquier persona puede desarrollar problemas renales, pero usted corre un mayor riesgo si:

- Tiene diabetes
- Tiene alta presión arterial
- Tiene algún familiar con enfermedad renal
- Es afroamericano, latino, nativo americano o asiático.
- Tiene más de 60 años de edad.

Prevención de la enfermedad renal

La diabetes y la alta presión arterial son las dos causas principales de la insuficiencia renal. Es importante revisar la glucosa (azúcar) en la sangre y la presión arterial a menudo, tratando los problemas correctamente.

Otros comportamientos saludables:

- Examinarse regularmente en el consultorio de su médico
- Tomar los medicamentos que le recete su médico
- Hacer ejercicio regularmente
- Seguir una dieta con bajo contenido graso
- Evitar usar tabaco
- Beber alcohol sólo moderadamente

Síntomas de la enfermedad renal

La mayoría de los problemas renales no tienen síntomas hasta que la enfermedad haya avanzado bastante!

Su mejor protección es saber si corre el riesgo y someterse a examen (vea la página siguiente).

Algunos síntomas pueden incluir:

- Una sensación frecuente de molestia estomacal
- Una sensación frecuente de cansancio o mareo
- Hinchazón en los pies, las manos o la cara
- Dolor de espalda
- Orina con sangre, espumosa o de color oscuro
- Alta presión arterial inexplicable
- Un cambio en la frecuencia con que orina (más o menos que lo normal)



Exámenes para la enfermedad renal

A menudo muchas enfermedades renales no tienen síntomas. Los exámenes de su médico son la única manera de averiguar si tiene enfermedad renal. Pregunte a su médico sobre estos exámenes:

GFR – (Tasa de filtración glomerular)

- Le indica a su médico lo bien que están limpiando la sangre sus riñones.
- Su médico le examinará la sangre en busca de "creatinina." Después el médico pondrá el resultado del examen en una fórmula para obtener su GFR estimada.
- Una GFR normal está entre 90-130, pero la GFR promedio va bajando a medida que avanza en edad.

Análisis de orina –

- El daño renal puede causar la presencia de proteína en la orina. Esta proteína se llama "albúmina."
- El médico puede analizar la orina en su consultorio o pedirle que usted recoja una muestra de orina durante 24 horas en casa.

Presión arterial –

- La alta presión arterial puede causar enfermedad renal.
- La enfermedad renal también puede hacer que tenga alta presión arterial.
- Una presión arterial normal es *inferior a* 120/80 (120 y 80).

Examen de glucosa (azúcar) en la sangre –

- La diabetes es la principal causa de la insuficiencia renal.
- Debe saber si tiene diabetes.
- Este examen indica cuánta azúcar (glucosa) tiene en la sangre.
- Si el contenido de azúcar en la sangre es muy alto, puede indicar diabetes.
- Pregunte a su médico cuál debe ser su índice de azúcar en la sangre.

Biopsia renal –

- El médico observa un trozo diminuto de tejido del riñón bajo el microscopio.
- El médico lo anestesia o adormece una zona de la espalda.
- El médico inserta una aguja a través de la piel dentro de la parte posterior del riñón y extrae una muestra diminuta.
- La muestra ayudará al médico a encontrar problemas a nivel microscópico.

Exámenes de imágenes –

- Exámenes que toman fotografías de sus riñones.
- Algunos ejemplos son: ecografías o ultrasonido, tomografía computarizada y MRI (imágenes de resonancia magnética).



Tratamientos para la insuficiencia renal

La enfermedad renal puede llevar a veces a la insuficiencia renal (llamada también Enfermedad renal terminal). No hay cura para la insuficiencia renal. Una persona con insuficiencia renal necesita someterse a uno de estos tratamientos para vivir:

Hemodiálisis –

- Una manera artificial de limpiar desechos y líquido suplementario de la sangre.
- La sangre de la persona se bombea para extraerla del cuerpo a través de una máquina que funciona como riñón artificial para limpiarla y luego devolverla al organismo.



- Comúnmente, los tratamientos de hemodiálisis son necesarios tres o cuatro veces por semana, y cada tratamiento dura unas cuatro horas. Los pacientes de hemodiálisis deben seguir una dieta restringida y tomar una variedad de medicamentos y vitaminas suplementarias.

Diálisis peritoneal (PD) –

- Una segunda manera artificial de limpiar desechos y líquido suplementario de la sangre. Se usa un tubo blando permanente llamado catéter para llenar el abdomen con un líquido de limpieza llamado solución de diálisis.
- Las paredes de la cavidad abdominal están cubiertas por una membrana llamada peritoneo. El peritoneo deja pasar desechos y líquido suplementario de la sangre a la solución de diálisis.
- Así salen los desechos y líquidos del organismo cuando se drena la solución de diálisis. Esto se llama “intercambio.”
- Los pacientes con PD también tienen una dieta restringida.
- Las dietas de PD comúnmente no son tan estrictas como las dietas para hemodiálisis.

Transplante de riñón –

- Un procedimiento que coloca un riñón saludable de otra persona en el paciente.
- Este nuevo riñón asume la función de los dos riñones fallados.
- El riñón donado puede provenir de un donante en vida, o de una persona fallecida recientemente.

Dónde obtener más ayuda

Estamos aquí para ayudar! La Línea directa del Fund en 866.300.2900 y la dirección HelpLine@kidneyfund.org responde a cientos de preguntas cada mes. La Línea directa cuenta entre su personal a educadores de salud y trabajadores sociales con experiencia que ofrecen información, apoyo y recursos donde recurrir.

También puede encontrar información de salud y pedir folletos gratis en nuestro sitio web, www.kidneyfund.org



Agradecimientos

Nuestros sinceros agradecimientos a Gary C. Curhan, MD, ScD por su continuo respaldo del American Kidney Fund y por su cooperación con este folleto.

El American Kidney Fund provee ayuda financiera directa a pacientes del riñón que están con necesidad y educación para los que tienen y están en riesgo de la enfermedad renal.

Campaña Federal Combinada #0508

Para obtener más información sobre los programas del Fund, o para hallar más información sobre la enfermedad renal y su tratamiento, contáctenos en:

American Kidney Fund
6110 Executive Boulevard, Suite 1010
Rockville, MD 20852
Teléfono: 301.881.3052
Fax: 301.881.0898
Línea gratis: 800.638.8299
Información en español: 866.300.2900
HelpLine@kidneyfund.org
<http://www.kidneyfund.org>

© Copyright 2005 American Kidney Fund
No puede reproducirse ninguna parte de este folleto sin el permiso por escrito del American Kidney Fund.