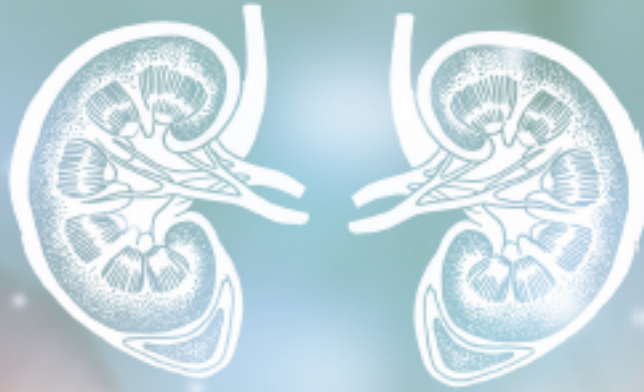


ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA



La **enfermedad renal crónica**, conocida como CKD por sus siglas en inglés, es una condición que afecta los riñones. Los riñones tienen la función de filtrar los desechos y el exceso de agua en la sangre en forma de orina. Además, son responsables de producir hormonas, señalar la necesidad de crear glóbulos rojos, controlar la presión arterial y ayudar al cuerpo a utilizar algunas vitaminas.

La enfermedad renal crónica provoca que los riñones pierdan su capacidad de cumplir con sus funciones principales causando insuficiencia renal o fallo renal. Esta condición de salud es progresiva, por lo que puede empeorar con el tiempo. Aunque no se puede reparar el daño a los riñones, con tratamiento es posible que se disfrute de una mejor calidad de vida, retrasando el progreso de la condición.

Las dos causas principales de la enfermedad renal crónica son: la diabetes y la presión arterial alta. Sin embargo, existen otros factores para el desarrollo de la condición, los cuales son:

- Tener historial familiar de enfermedad renal
- Tener 60 años de edad o más
- Obesidad

¿Cuáles son los síntomas?

La enfermedad renal es una condición silenciosa y no siempre presenta síntomas. Pero si la insuficiencia renal empeora, los síntomas podrían ser:

- Menos energía
- Problemas para pensar con claridad
- Poco apetito
- Problemas para dormir
- Piel seca y comezón
- Calambres musculares en la noche
- Hinchazón de pies y tobillos
- Inflamación alrededor de los ojos, especialmente en la mañana
- Necesidad de orinar con más frecuencia, especialmente en la noche

¿Cómo se diagnostica?

La única forma de saber si tus riñones están funcionando adecuadamente es realizando una prueba de sangre, la cual mide si los riñones están filtrando bien, y una prueba de orina para verificar si hay presencia de albúmina. La albúmina es una proteína que pasa a la orina cuando los riñones están afectados. Estas dos pruebas se realizan para detectar si hay enfermedad en los riñones, además de comprobar si el tratamiento está funcionando.

¿Cuál es el tratamiento?

El tipo de tratamiento depende de la etapa de la enfermedad renal crónica en la que se encuentra y de otras condiciones de salud. Sin embargo, puedes incluir:

- Tomar los medicamentos según indicados.
- Controlar la presión arterial alta. Se podrían necesitar uno o más medicamentos para controlar la presión arterial.
- Controlar el azúcar en la sangre si tienes diabetes.
- Perder el exceso de peso y limitar la cantidad de sal en su dieta para ayudar a controlar la presión arterial alta.
- Seguir un programa de ejercicios aprobados por su médico.
- Consultar con un nutricionista sobre un plan alimentario que ayude a controlar la sal, el azúcar, el colesterol y el consumo de proteínas.
- Consulta con tu médico si la enfermedad le ha causado anemia e incluir tratamiento para ella.
- Cuidar la salud de los huesos manteniendo equilibrado el nivel del fósforo en la sangre.
- Dejar de fumar si es fumador.

Si la condición renal crónica progresa, puede que tu médico te recomiende un tratamiento de diálisis o un trasplante de riñón.

Consulta con tu médico si estás en riesgo de desarrollar la enfermedad renal crónica. Realízate las pruebas de diagnóstico, la detección temprana y el tratamiento adecuado pueden evitar que la enfermedad renal crónica empeore.

Referencia:

Programa Nacional de Educación sobre la Enfermedad de los Riñones, NKDEP
<https://www.niddk.nih.gov/health-information/communication-programs/nkdep>

Para más información sobre la enfermedad renal crónica o cualquier otra condición comuníquese a:

MCS Medilínea • 1.866.727.6271

24 horas / 7 días de la semana

Salud Completa **MCS** Classicare (HMO)

MCS Classicare es un plan HMO suscrito por MCS Advantage, Inc. H5577_11411222_C