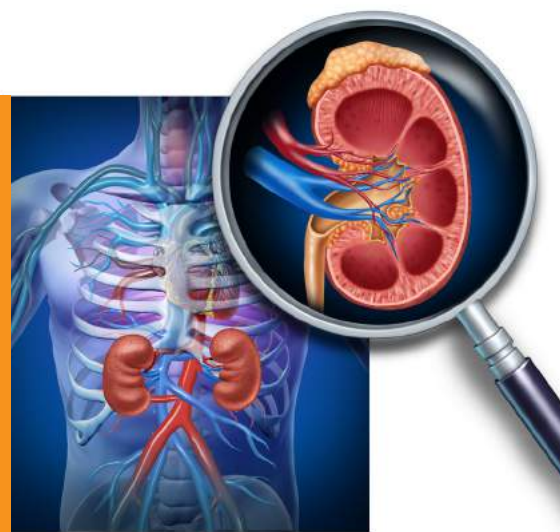
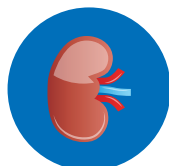


14 de marzo – Día Mundial del Riñón

La enfermedad renal crónica y su impacto en el mundo*



Estadísticas nacionales y globales



850 millones
de personas pueden tener algún grado de daño renal.

Una de cada 10 personas sufre de enfermedad o insuficiencia renal crónica (ERC), en el mundo.

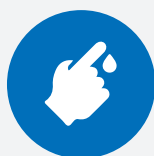
En Panamá, cerca del 12 % de la población padece de una ERC. Además, alrededor de **15 pacientes** ingresan al programa nacional de hemodiálisis, por mes.

Cada año se diagnostican cerca de **250.000 nuevos casos** de ERC terminal, a nivel global.

Más del **17 %** de la población mundial mayor de 20 años, sufre de una enfermedad renal crónica.

Actualmente, **más de un millón** de personas son tratadas con diálisis, debido a esta enfermedad, en el mundo.

La insuficiencia renal crónica provoca alrededor de **2.4 millones** de muertes, por año, globalmente.



Diabetes e hipertensión arterial son las causas principales

- Aproximadamente un **45 %** de los casos de insuficiencia renal crónica se debe a la **diabetes** y un **25 %** a la **hipertensión arterial**.
- La edad avanzada, el consumo de ciertos medicamentos y drogas, así como el colesterol alto, también pueden afectar el funcionamiento de los riñones.
- Otros factores que sobresalen son la nutrición de una persona, deshidratación crónica y las enfermedades del sistema inmune.



Consejos para reducir el avance de la ERC

- Medir la presión arterial y mantenerla estable.
- Reducir el sobrepeso y consumir grasas no saturadas (aceite de maíz, oliva o girasol).
- Controlar el tamaño de las porciones y disminuir la ingesta de alimentos ricos en fósforo (galletas o gaseosas).
- Controlar la diabetes.
- Consumir agua potable, así como la cantidad referida por el médico tratante para evitar la deshidratación.
- No utilizar fármacos tóxicos para los riñones.
- Asistir a las citas médicas.
- Tomar, puntualmente, los medicamentos.

Señales de alerta



- Fatiga y vómito.
- Retención de líquido (edemas).
- Disminución en la producción de orina.
- Insomnio.
- Pérdida de peso.
- Presión arterial alta.
- Dolores de cabeza.
- Falta de apetito.
- Infecciones urinarias recurrentes.

Consecuencias de la enfermedad renal crónica

La insuficiencia o enfermedad renal crónica conlleva la pérdida gradual y, hasta permanente, de la función de los riñones, lo que puede producir:

- Complicaciones cardiovasculares.
- Anemia.
- Hipertensión.
- Alteraciones óseas.
- Deterioro nutricional y funcional.
- El fallecimiento del paciente.



Tratamientos para los pacientes

- **En estadio de leve a moderado (I a III)**, la persona requerirá utilizar medicamentos como diuréticos, antihipertensivos, vitamina D, eritropoyetina, calcio o hierro.
- **En etapa grave (IV o V)** y según las características del paciente, se le tratará mediante diálisis peritoneal o hemodiálisis.
- En los casos en que la enfermedad tenga un índice de función renal menor o igual a 20 ml/min o cuando la persona esté en **etapa terminal**, se efectuará un trasplante de riñón.

*Fuentes: información adaptada de la publicación "Enfermedad renal crónica en Panamá: resultados del estudio PREFEC y tendencias de mortalidad nacional 2017" (<https://bit.ly/2SMGNKO>), la Organización Mundial de la Salud, de la Federación Internacional de Fundaciones del Riñón (IFKF, por sus siglas en inglés), de la publicación "Nephrology Dialysis Transplantation", de la Fundación Americana del Riñón (<http://www.kidneyfund.org/>), de la iniciativa del "Día Mundial del Riñón" (www.worldkidneyday.org) y de la "Guía de nutrición en enfermedad renal crónica avanzada, Nefrología, 2008" por la **Dra. Rosario Espinoza, gerente médico de Roche Centroamérica y Caribe (CAC)**.