



**PROGRAMA
SALUD RENAL
UNA GUÍA PARA
LOS PACIENTES
Y SUS FAMILIAS**



**BIBLIOTECA
COSEM**

The logo for the COSEM library features a stylized white icon of an open book, composed of two rectangular shapes representing the pages, positioned above the text "BIBLIOTECA COSEM" in a bold, white, sans-serif font.

ACERCA DE LA ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA

¿Qué son los riñones y cómo ayudan a mantener una buena salud?

Sus riñones son dos órganos en forma de haba, cada uno del tamaño de su puño. Están situados cerca del medio de su columna vertebral, justo debajo de la caja torácica.

Sus riñones constituyen un sistema de filtración.

Cada riñón contiene como un millón de unidades filtradoras muy pequeñas, llamadas nefronas.

Los riñones procesan alrededor de 200 cuartos de sangre por día, eliminando alrededor de dos cuartos de sustancias de desecho y el exceso de líquido en forma de orina.

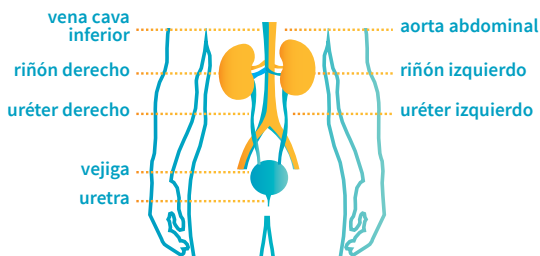
La orina viaja a través de dos tubos, denominados uréteres, hacia la vejiga, donde se almacena hasta que vaya al baño.

Los desechos son el producto de la desintegración de la comida y de la actividad muscular normal.

Además de eliminar desechos y líquidos de su cuerpo, sus riñones realizan otras funciones importantes:

- **Regulan el agua de su organismo y otros químicos de su sangre como el sodio, el potasio, el fósforo, y el calcio.**
- **Eliminan los medicamentos y las toxinas que ingresan a su organismo.**
- **Producen hormonas** que ayudan a su cuerpo a:
 1. regular la presión sanguínea
 2. producir glóbulos rojos
 3. tener huesos fuertes.

ANATOMÍA NORMAL DE LOS RIÑONES Y DEL TRACTO URINARIO



¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA?

La Enfermedad Renal Crónica incluye estados que dañan sus riñones y disminuyen su capacidad de desempeñar las funciones anteriormente mencionadas para mantenerlo saludable.

Si la insuficiencia renal empeora, una cantidad elevada de desechos se pueden acumular en su sangre.

Puede ocasionar : presión alta, anemia (disminución de la cantidad de la sangre), huesos débiles, malnutrición, daño a los nervios y dolores digestivos. Además, la insuficiencia renal aumenta el riesgo de que padezca de insuficiencia cardiaca y vascular. Estos problemas pueden presentarse lentamente a lo largo del tiempo.

La diabetes, la presión alta y otros trastornos pueden causar Enfermedad Renal Crónica.

A menudo, la detección temprana y el tratamiento pueden evitar que la insuficiencia renal empeore.

Cuando ésta progresa, puede eventualmente desencadenar una insuficiencia renal terminal o fallo permanente de los riñones, que requiere diálisis o un transplante de riñón para salvarle la vida.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA INSUFICIENCIA RENAL?

La mayoría de las personas tal vez no presenten síntomas severos hasta que su insuficiencia renal haya avanzado.

Sin embargo, usted puede notar que:

- Se siente más cansado y tiene menos energía
- Tiene problemas para concentrarse
- Tiene poco apetito
- Le cuesta dormirse
- Padece de calambres en las noches
- Sus pies y sus tobillos se hinchan
- Sus ojos lucen hinchados, especialmente en las mañanas
- Tiene piel seca y le pica
- Tiene la necesidad de orinar con más frecuencia, especialmente en las noches.

¿QUÉ DEBERÍA HACER SI TENGO RIESGO ELEVADO DE PADECER DE INSUFICIENCIA RENAL?

Si usted tiene riesgo elevado de padecer insuficiencia renal, visite a su médico.

Debería hacerse las siguientes pruebas:

- Medición de la presión sanguínea.
- Una prueba simple para ver proteína en la orina.

Cuando sus riñones están dañados, la proteína se filtra a la orina. Una cantidad de proteína en exceso en la orina puede ser una señal temprana de daño en los riñones.

Existen pruebas diferentes para detectar la presencia de proteína en la orina.

- **Proteína recurrente en la orina** (dos pruebas con resultados positivos en varias semanas) indica insuficiencia renal crónica.
- **Una prueba de sangre simple para medir el nivel de creatinina**, un desecho que es el resultado de la actividad muscular normal.

Cuando sus riñones están dañados, la creatinina se puede acumular a niveles altos en su sangre.

Los resultados de su prueba de sangre de creatinina deberían utilizarse para estimar el nivel de su función renal.

La información de este folleto se basa en pautas recomendadas.

La intención de estas pautas no es definir un estándar de cuidado, sino proporcionar información

El Programa de Salud Renal COSEM esta a cargo del Prof. Dr. Oscar Noboa.

Por mayor información contáctenos a través de salud.renal@cosem.com.uy



BIBLIOTECA
COSEM

Departamento de Enfermería
Comunicación Institucional
2015

Br. Artigas 1335—Tel.: 2403 0000
Montevideo, Uruguay
www.cosem.com.uy