Enfermedad Renal Crónica

La enfermedad renal crónica (CKD, por sus siglas en inglés), también conocida como Insuficiencia Crónica del Riñón o Insuficiencia Renal Crónica. Esta se caracteriza por la pérdida gradual y permanente de la función de los riñones. Además, provoca que los riñones no puedan eliminar líquidos, químicos y desperdicios de su sangre a través de la orina de forma regular.

¿Qué aumenta el riesgo de padecer de enfermedad renal crónica?

- Diabetes
- Obesidad
- Hipertensión o enfermedad cardíaca
- Infecciones de riñón o piedras en los riñones
- Estructura renal anormal
- Edad avanzada
- Fumar o utilizar drogas ilegales
- Historial familiar de enfermedades del riñón
- El uso frecuente de medicamentos que dañan los riñones

¿Cuáles son los signos y síntomas de la enfermedad renal crónica?

Los signos y síntomas dependerán de cómo están funcionando sus riñones. Puede no tener síntomas o puede presentar alguno de los siguientes:

- Náuseas, vómitos y pérdida de apetito
- Problemas de sueño y debilidad
- Falta de aliento, calambre muscular e hinchazón de pies y tobillos.

¿Cómo se diagnostica la enfermedad renal crónica?

La enfermedad renal crónica se diagnostica a través de:

- Exámenes de sangre y orina
- Ultrasonido, Tomografía Computarizada (CT Scan)
- Resonancia Magnética (MRI), que puede mostrar la causa de su enfermedad
- Biopsia

¿Qué tratamientos existen para la enfermedad renal crónica?

La meta del tratamiento es controlar los síntomas y prevenir que la enfermedad empeore. Puede necesitar lo siguiente:

- **Medicamentos.** Estos pueden disminuir la presión arterial y eliminar el líquido acumulado. También, podría recibir medicamentos para controlar otras condiciones médicas asociadas, como la anemia, la diabetes y las enfermedades cardíacas.

- **Diálisis.** Tratamiento para eliminar los químicos y desperdicios de su sangre cuando sus riñones ya no pueden realizar esta función.
- **Trasplante de riñón.** A través de una cirugía, el riñón será reemplazado por uno nuevo.

Estadios de la Enfermedad Renal

Etapa de la Enfermedad Renal	Tasa de filtración glomerular	Función renal
Etapa 1	90 o superior	Función renal saludable.
Etapa 2	de 60 a 89	Pérdida leve o moderada de la función renal.
Etapa 3	de 30 a 59	Pérdida moderada a grave de la función renal.
Etapa 4	de 15 a 29	Pérdida grave de la función renal.
Etapa 5	menos de 15	Insuficiencia renal.

¿Cómo puede prevenir o controlar la enfermedad renal crónica?

- Manteniendo un peso saludable. Conozca cuál es su peso adecuado. Si está en sobrepeso, puede solicitar un plan de alimentación adecuado para su condición. Consulte con un nutricionista.
- Ejercitándose. De acuerdo con las indicaciones de su médico, realice al menos 30 minutos al día, 4 veces por semana.
- Alimentación saludable: Consuma alimentos bajos en sodio (sal), potasio, fósforo o proteína.
- Hidrátese
- Controle sus enfermedades existentes.
- No fume y limite el consumo de alcohol
- Visite a su médico y utilice los medicamentos según recetados.

Recuerde

La enfermedad renal crónica es la pérdida gradual y permanente de la función de los riñones. El historial familiar, diabetes e hipertensión, entre otros, son factores de riesgo. Se puede prevenir o controlar manteniendo un peso saludable, ejercitándose, comiendo saludable y evitando el uso del cigarrillo. Es importante visitar a su médico y utilizar sus medicamentos según hayan sido recetados.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento, por favor, visite a su médico o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

First Health Call
1-866-337-3338
TTY/TDD 1-866-921-0101
APS Health
787-641-9133

Referencias

https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/chronic-kidney-disease/diagnosis-treatment/drc-20354527
https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/chronic-kidney-disease/multimedia/vid-20522473
https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000471.htm

Preparado por Educadores en Salud Licenciados.
Revisado en agosto 2024.

©First Medical Health Plan, Inc.