



¿TIENE UN MAYOR RIESGO DE PADECER INSUFICIENCIA RENAL CRÓNICA? (IRC)

¿Cómo lo sabes?

Su médico o clínica debe verificar si tiene algún factor de riesgo de insuficiencia renal crónica. Estos son:

- Diabetes
- Presión alta
- Obesidad
- Historia familiar de fallo renal
- Factores familiares y comunitarios

¿Qué debe hacer?

Debe visitar a su médico o clínica y hacerse una evaluación. Su revisión debe incluir:

- Comprobar cuál es su presión.
- Hacerse un simple análisis de proteínas en la orina. Las proteínas son un componente estructural importante del organismo. Cualquier proteína filtrada se reabsorbe normalmente y se mantiene en el organismo. Sin embargo, cuando los riñones están dañados, la proteína se filtra en la orina. Hay diferentes análisis para detectar proteínas en la orina. Si tiene dos resultados positivos en varias semanas, se dice que tiene proteínas persistentes en la orina. Esto es un signo de insuficiencia renal crónica.
- Hacerse un simple análisis de sangre para determinar la creatinina, un producto de desecho que proviene de la actividad muscular. Los riñones normalmente eliminan la creatinina de la sangre. Cuando los riñones están dañados, puede haber un aumento de la creatinina en la sangre. Los resultados de los análisis de creatinina en la sangre deben utilizarse para estimar el índice de filtración glomerular (eGFR). El eGFR indica el grado de función renal que tiene.

¿Cuáles son los síntomas?

La mayoría de las personas no tienen síntomas graves hasta que la insuficiencia renal empeora. No obstante, puede tener:

- Menos energía o estar cansado
- Dificultad para pensar claramente

- Falta de apetito
- Problemas para dormir
- Piel seca y picazón
- Calambres musculares, especialmente por la noche
- Pies y tobillos hinchados
- Bolsas alrededor de los ojos, especialmente por la mañana
- Necesidad de orinar con más frecuencia, especialmente por la noche

¿Qué sucede si los resultados de los análisis muestran que puedo tener insuficiencia renal?

Su médico querrá establecer con precisión su diagnóstico y controlar su función renal para ayudar a planificar su tratamiento. El médico puede hacer lo siguiente:

- Calcular su índice de filtración glomerular (eGFR), que es la mejor forma de saber el grado de función renal que tiene. No es necesario hacerse otra prueba para conocer su GFR. El médico puede calcularlo a partir de su nivel de creatinina en la sangre y de otros factores. El eGFR le indica al médico el estado de la insuficiencia renal que tiene y le ayuda a planificar su tratamiento. *(Vea el cuadro en la página siguiente).*
- Realizar una ecografía o tomografía computarizada para obtener una imagen de los riñones y las vías urinarias. Esto le indica al médico si:
 - » Los riñones son demasiado grandes o demasiado pequeños
 - » Tiene un cálculo renal o un tumor
 - » Hay problemas en la estructura de los riñones y las vías urinarias
- Realizar una biopsia renal, que en algunos casos se realiza para comprobar un tipo específico de insuficiencia renal, ver cuánto daño renal se ha producido y ayudar a planificar el tratamiento. Para realizar una biopsia, el médico retira pequeños fragmentos de tejido renal y los examina al microscopio.

El médico también puede recomendarle que consulte a un especialista en riñón que pueda ayudarlo a manejar su atención.

5 etapas de la insuficiencia renal crónica

ESTADIO	DESCRIPCIÓN	ÍNDICE DE FILTRACIÓN GLOMERULAR (GFR)	FUNCIÓN RENAL
Con riesgo elevado	Factores de riesgo de insuficiencia renal (p. ej., diabetes, presión alta, historia familiar, edad avanzada, grupo étnico)	Más de 90	 90-100%
1	Daño renal (proteína en la orina) con un GFR normal	Más de 90	 90-100%
2	Daño renal con disminución leve del GFR	60 a 89	 60-89%
3	Disminución moderada del GFR	30 a 59	 45-59%
4	Disminución grave del GFR	15 a 29	 15-29%
5	Fallo renal (necesidad de diálisis o trasplante de riñón)	Menos de 15	 Menos del 15%

¿Se puede evitar el avance de la IRC?

La detección y el tratamiento tempranos pueden retrasar o detener el avance de la insuficiencia renal crónica. La eficacia de su tratamiento para lograr este objetivo depende de:

- La etapa de la insuficiencia renal crónica al comenzar el tratamiento. Cuanto antes comience, más probable será que lo consiga.
- El esmero con el que siga el plan de tratamiento. Aprenda todo lo que pueda sobre la insuficiencia renal crónica y su tratamiento, y asegúrese de cumplir rigurosamente todos los pasos de su tratamiento.
- La causa de su insuficiencia renal. Algunas nefropatías son más difíciles de controlar.

Para obtener más información, comuníquese con la National Kidney Foundation

Línea de ayuda gratuita: **855.NKF.CARES** o por correo electrónico: **nkfcares@kidney.org**