

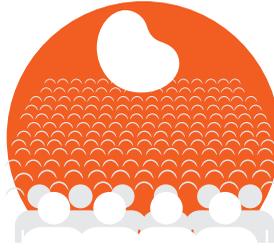


National  
Kidney  
Foundation®

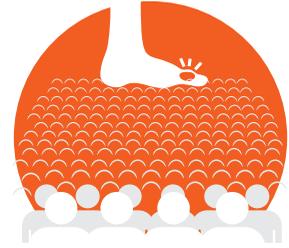
# ENFERMEDAD RENAL Y GOTA



**1 de cada 3**  
**estadounidenses adultos**  
está en riesgo de tener  
enfermedad renal.



**26 millones**  
**de estadounidenses adultos**  
**tienen enfermedad renal,**  
y la mayoría no lo sabe. Si no se trata en  
forma temprana, a menudo la enfermedad  
renal puede provocar insuficiencia renal.

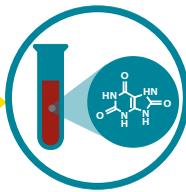


**8.3 millones**  
**de estadounidenses adultos**  
**tienen gota.**  
Si no se trata en forma temprana,  
la gota puede producir un daño  
irreversible en las articulaciones.

## CONEXIÓN ENTRE EL RIÑÓN, LA GOTA Y EL ÁCIDO ÚRICO



**Enfermedad renal**

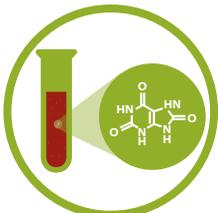


**Ácido úrico alto**



**Gota**

A veces, la enfermedad renal produce un alto nivel de ácido úrico en la sangre. El ácido úrico alto puede provocar gota en algunas personas.



**Ácido úrico alto**

El ácido úrico alto también puede provocar cálculos renales en algunas personas.



**Cálculos renales**



**Gota**



**Enfermedad renal**

Si tiene gota, debe realizarse un control para detectar si tiene enfermedad renal.



### CONTRÓLESE

Si tiene los siguientes síntomas, su profesional de atención médica debe realizarle un control para detectar si tiene gota:

Articulaciones inflamadas, sensibles, calientes o enrojecidas.



La gota suele presentarse en la articulación grande del dedo gordo del pie, pero también puede aparecer en los pies, tobillos, rodillas, muñecas y manos.

Es importante conocer los síntomas porque algunas personas tienen gota a pesar de que su nivel de ácido úrico es normal.



# ENFERMEDAD RENAL Y GOTA



## TEMAS PARA CONVERSAR CON SU PROFESIONAL DE ATENCIÓN MÉDICA

### Si tiene enfermedad renal y/o gota:

60

#### Los números de su riñón

2 pruebas simples: un análisis de sangre para verificar la función renal denominado GFR; y un análisis de orina para detectar el daño en el riñón denominado ACR.



El **nivel de ácido úrico** en la sangre y cuál es el nivel apropiado para usted.



La **seguridad de los medicamentos** o suplementos que toma.



#### Los **medicamentos que puede necesitar**

para prevenir la agudización de la gota y para evitar que la enfermedad renal empeore.



La **dieta adecuada** para prevenir la agudización de la gota y para evitar que la enfermedad renal empeore.

### Si su nivel de ácido úrico es alto:

Pregunte por qué tiene un nivel alto. Debe saberlo porque:



El ácido úrico alto puede significar que necesita **controlarse para detectar otros problemas médicos.**



#### Un nivel de ácido úrico más alto **podría ser aceptable** para usted.

La mayoría de las personas con ácido úrico alto no presentan gota ni cálculos renales.

## ALGUNAS COSAS QUE PUEDE HACER PARA REDUCIR SU RIESGO DE TENER ENFERMEDAD RENAL Y GOTA:



**Manténgase bien hidratado**, pero limite los líquidos si se los restringieron. Hable con su profesional de atención médica sobre qué es lo apropiado para usted.



#### **Coma muchas frutas y verduras.**

Si necesita limitar la cantidad de potasio en su dieta, consulte a un dietista certificado para saber qué porciones son adecuadas para usted.



**Limite las proteínas de animales**, especialmente vísceras, carnes rojas y mariscos.



**Evite bebidas y alimentos con alto contenido de azúcar**, especialmente el jarabe de maíz de alta fructosa.



**Haga actividad física** y mantenga un peso saludable.



**Limite la ingesta de sal** si tiene presión arterial alta.



**Controle su nivel de azúcar en la sangre** si tiene diabetes.



**Evite los medicamentos antiinflamatorios no esteroides (NSAID, por sus siglas en inglés)**, como el ibuprofeno y el naproxeno y, en su lugar, use acetaminofeno en las dosis recomendadas.



**Limite el consumo de alcohol.**



**No fume.**



National  
Kidney  
Foundation®

30 East 33rd Street  
New York, NY 10016  
[kidney.org](http://kidney.org)

Patrocinado por

**Takeda Pharmaceuticals, U.S.A., Inc.**

Takeda no contribuyó al desarrollo del contenido para este material. El contenido no refleja necesariamente los puntos de vista, las opiniones o los intereses comerciales de Takeda.