



TERAPIA NUTRICIONAL MÉDICA PARA LA ENFERMEDAD DEL RIÑÓN

Asesoramiento nutricional adaptado a sus necesidades de salud

La terapia nutricional médica (MNT, por sus siglas en inglés) consiste en el asesoramiento nutricional brindado por un dietista registrado con capacitación en enfermedad del riñón. Este especialista puede llamarse “dietista especializado en el riñón” o “dietista renal”.



Por qué es importante la MNT

Con la enfermedad del riñón, es posible que su cuerpo ya no procese los alimentos y los nutrientes de la misma manera. Un plan de alimentación adecuado puede ayudarle a sentirse mejor y favorecer su tratamiento.



En qué casos puede resultar útil la MNT

- Enfermedad del riñón crónica en cualquier etapa
- La diabetes y la enfermedad del riñón
- Presión arterial alta y enfermedad del riñón
- Cálculos en el riñón
- Tratamiento de diálisis
- Trasplante de riñón



Un dietista especializado en el riñón puede ayudarle a controlar estos factores:

- Proteínas
- Sodio
- Potasio
- Fósforo
- Líquidos
- Calorías



Qué hace un dietista especializado en riñón

- Revisa los resultados del análisis de sangre.
- Crea un plan de comidas personalizado.
- Le ayuda a controlar la diabetes o enfermedad cardíaca.
- Le enseña a leer las etiquetas de los alimentos.
- Le ayuda a comer bien teniendo en cuenta su cultura y presupuesto.
- Adapta su plan a medida que evolucione la enfermedad del riñón.



La MNT puede ayudarle a lograr lo siguiente:

- Desacelerar la progresión de la enfermedad crónica del riñón
- Controlar la diabetes y la presión arterial alta
- Reducir la hinchazón y la sobrecarga de líquidos
- Mejorar los resultados de los análisis de laboratorio
- Prepararse para la diálisis o el trasplante
- Mantener la fuerza y la energía

Consejos:

Un dietista especializado en riñón puede ayudarle a entender qué comer, qué alimentos limitar y cómo tomar decisiones alimentarias que favorezcan la salud de sus riñones y su salud en general.



Qué esperar durante la consulta

- La consulta se centra en sus necesidades y objetivos de salud. El dietista trabajará con usted para elaborar un plan que sea realista y manejable.
- Repasará sus antecedentes médicos, resultados de los análisis de laboratorio, medicamentos y hábitos alimentarios.
- Le preguntará sobre sus preferencias alimentarias, los alimentos tradicionales de su cultura y su presupuesto.
- Le ayudará a fijar objetivos, como reducir el consumo de sodio o mejorar el nivel de azúcar en sangre.
- Le ofrecerá orientación para planificar sus comidas y consejos prácticos sobre alimentación.
- Adaptará su plan con el tiempo a medida que cambien sus necesidades.



Cómo se paga la MNT

La MNT puede estar cubierta por Medicare, Medicaid o un seguro privado. La Parte B de Medicare cubre la MNT para las personas con enfermedad crónica del riñón que no están en diálisis o que tienen diabetes, siempre que cuenten con una derivación médica. La cobertura de otros planes varía, y es posible que necesite una derivación o una autorización previa. Si no tiene seguro, pregunte por las opciones de pago por cuenta propia, las tarifas según una escala variable, los programas comunitarios o los servicios de telesalud de menor costo.



Primeros pasos

- Pídale al médico una derivación a un dietista especializado en el riñón.
- Verifique la cobertura de su seguro.
- Programe su primera consulta.



Preguntas para hacer durante la consulta

- ¿Puede derivarme a un dietista especializado en el riñón?
- ¿La MNT es adecuada para mi etapa de la enfermedad del riñón?
- ¿Con qué frecuencia debo consultar a un dietista?
- ¿Qué cambios debo hacer según los resultados de mis análisis?
- ¿Qué alimentos debo limitar o incluir con más frecuencia?

Consejos:

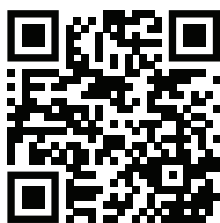
Comience temprano. No tiene que esperar hasta la diálisis para consultar a un dietista especializado en riñón.

La alimentación forma parte de su tratamiento. Un dietista especializado en riñón puede ayudarle a saber qué comer cuando tiene enfermedad del riñón.

Las consultas pueden ser presenciales o por telesalud.

Los pequeños pasos son importantes. No tiene que cambiar todo a la vez.

Más ayuda:



**Centro de
nutrición de la NKF**



**Directorio de dietistas
especializados en ERC**



NATIONAL KIDNEY
FOUNDATION®

KIDNEY.ORG



Este contenido se proporciona exclusivamente para uso informativo y no pretende ser un asesoramiento médico ni un sustituto del asesoramiento médico de un profesional de la salud.