

Enfermedad renal crónica: Información para los pacientes

La **enfermedad renal crónica** (CKD) es la pérdida gradual de la función de los riñones con el tiempo.

Más de 26 millones de americanos se ven afectados por la CKD. El daño a los riñones puede empeorar con el tiempo, pero con la detección precoz y el cuidado adecuado, su progresión se puede retrasar o prevenir.

¿Cuáles son los síntomas de la CKD? La CKD generalmente no tiene síntomas en las primeras etapas. La única manera de estar seguro de qué tan bien están funcionando los riñones es haciéndose una prueba.

Los síntomas clásicos de la CKD incluyen:

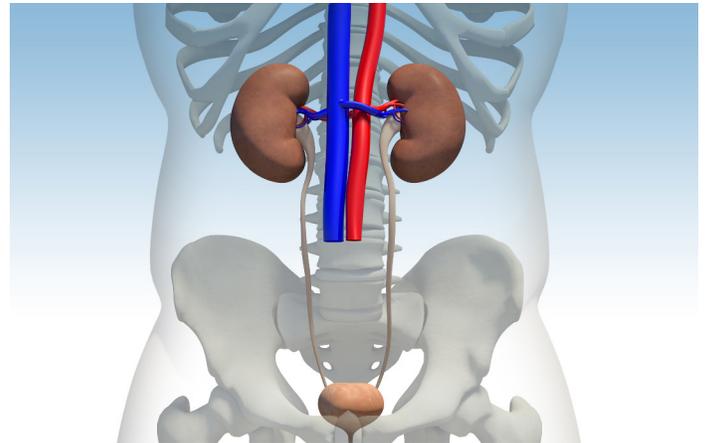
- Cambios en la orina: con mayor o menor frecuencia, color inusual o apariencia espumosa
- Hinchazón de pies y tobillos, y ojos hinchados
- Piel seca, escamosa o con comezón
- Dolor de espalda, costado, pierna
- Síntomas sistémicos: náuseas, vómitos, cansancio, dificultad dificultad para respirar y falta de apetito

¿Cómo se diagnostica la CKD? La CKD se puede diagnosticar mediante una o más pruebas sencillas. Pregúntele a su médico sobre estas pruebas, ya que podrían salir anormales:

- Medición de la presión arterial
- Creatinina sérvica
- Análisis de orina para proteína y sangre
- eGFR (tasa de filtración glomerular estimada)

Causas y factores de riesgo para la CKD:

- La diabetes y la hipertensión son las causas más frecuentes
- Enfermedades que afectan los riñones, incluyendo las enfermedades autoinmunes como el lupus
- Enfermedades de los riñones hereditarias y congénitas, o historia familiar de enfermedades de los riñones
- Ingestiones o exposiciones: fumar, AINE, drogas ilícitas, remedios a base de hierbas o para adelgazar
- Infección u obstrucción del tracto urinario, y otras infecciones sistémicas tanto bacterianas como virales
- Origen étnico: afroamericanos, hispanos, nativos americanos



Tratamiento y prevención de la CKD

Si trata las enfermedades de los riñones temprano, es posible que pueda retrasar su progresión. Si las enfermedades de los riñones no se tratan, pueden hacer que los riñones fallen, y es posible que necesite diálisis o un trasplante de riñón.

La mejor manera de retrasar o prevenir las enfermedades de los riñones es mediante una combinación de medicamentos y cambios en el estilo de vida, como:

- Mantener la presión y el azúcar en la sangre saludables
- Comer sano y mantener un peso saludable
- Controlar el estrés
- Estar activo
- Dejar de fumar