



# Enfermedad Renal Crónica

La Enfermedad Renal Crónica (CKD, por sus siglas en inglés) es la pérdida gradual y permanente de la función de los riñones. También se conoce como insuficiencia crónica del riñón o insuficiencia renal crónica. Esta enfermedad 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
- Enfermedades autoinmunes, como lupus
- Próstata agrandada
- Fumar o utilizar drogas ilegales
- Historial familiar de enfermedades del riñón

## ¿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 y vómitos
- Pérdida de apetito
- Falta de aliento
- Fatiga o debilidad
- Problemas de sueño
- Calambres e hinchazón de pies y tobillos
- Picazón y piel seca

## ¿Cómo se diagnostica la Enfermedad Renal Crónica?

La Enfermedad Renal Crónica se diagnostica a través de:

- Exámenes de sangre y orina
- Ultrasonido, Tomografía Computadorizada (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 la enfermedad cardíaca.
- **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 90	Pérdida leve o moderada de la función renal
Etapa 3	de 45 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
- Limite el consumo de alcohol
- No fume
- Visite su médico y utilice los medicamentos según recetado



### Recuerde

La Enfermedad Renal Crónica es la pérdida gradual y permanente de la función de los riñones. El historial familiar, diabetes, hipertensión y 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 su médico y tomar 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 su médico o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

#### First Health Call

1-866-337-3338

TTY: 1-866-921-0101

#### APS Healthcare

787-641-9133

### Referencias

(2022)<https://www.kidney.org/node/25520>

(2022)<https://www.nefrologiaaldia.org/es-articulo-enfermedad-renal-cronica-136>

(2022)<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/chronic-kidney-disease/symptoms-causes/syc-20354521>

(2022)<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000471.htm>

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/end-stage-renal-disease/diagnosis-treatment/drc-20354538>

Preparado por Educadores en Salud Licenciados.  
Revisado en noviembre 2022.

©First Medical Health Plan, Inc.