

## **Enfermedad Renal Crónica**



Idioma Español

John vive con una enfermedad renal crónica y levanta su voz para llamar la atención sobre esta enfermedad silenciosa.

La enfermedad renal crónica (ERC) se conoce como una "asesina silenciosa", ya que la mayoría de las personas viven con la enfermedad durante años antes de que presenten algún síntoma. Cuando se detecta la enfermedad, para muchas personas ya es demasiado tarde. En una etapa avanzada, la ERC solo se puede tratar con diálisis regulares o un trasplante, lo que hace que su manejo sea muy costoso. Sin embargo, generalmente se puede prevenir controlando los factores de riesgo clave.

## Info básica sobre la enfermedad renal crónica

- La enfermedad renal crónica temprana no tiene signos ni síntomas: muchas personas que viven con ERC ni siquiera lo saben hasta que la enfermedad está en una etapa avanzada.
- Alrededor del 10% de la población adulta vive con algún grado de ERC, y cada año millones mueren prematuramente por ERC y las complicaciones relacionadas.
- La ERC es un factor de riesgo importante para las enfermedades cardiovasculares, que son la principal causa de muerte para todas las personas que viven con ERC.
- Si la ERC se detecta a tiempo y se maneja de manera adecuada, el deterioro de la función renal se puede ralentizar o incluso detener, y se puede reducir el riesgo de complicaciones cardiovasculares asociadas.
- La ERC se puede prevenir en gran medida y se puede detectar a tiempo con simples análisis de sangre y orina.

## ¿Qué es la enfermedad renal crónica?

La enfermedad renal crónica es una pérdida progresiva de la función renal durante un período de meses o años. Nuestros riñones trabajan para mantenernos saludables al limpiar los desechos de nuestra sangre con millones de pequeños filtros, llamados nefronas. Si estas nefronas están dañadas, comienzan a cerrarse. Eventualmente, no quedan suficientes para filtrar nuestra sangre lo suficientemente bien como para mantenernos saludables y comenzamos a sentir los síntomas de la ERC. Sin embargo, cuando notamos los síntomas, la ERC generalmente se encuentra en una etapa avanzada. De hecho, una persona puede perder hasta el 90% de su función renal antes de experimentar ningún síntoma. Esta es la razón por la que una de cada diez personas vive con ERC, pero la mayoría ni siquiera lo sabe.

Si no se trata, la ERC avanza desde la etapa 1 hasta la etapa 5. La etapa 5 también se conoce como enfermedad renal en etapa terminal, lo que significa que se necesita un tratamiento de diálisis regular o un trasplante de riñón para sobrevivir.

Los síntomas y complicaciones de la ERC pueden incluir:

- Alta presión sanguínea
- Anemia (recuento sanguíneo bajo)
- Huesos débiles
- Mala salud nutricional
- Daño en los nervios
- Tobillos hinchados
- Fatiga

Otra consecuencia de la ERC es que aumenta el riesgo de muerte prematura por enfermedad cardiovascular asociada (es decir, ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares). Por lo tanto, las personas que viven con ERC tienen un mayor riesgo de morir prematuramente por enfermedad cardiovascular, independientemente de si alguna vez desarrollan insuficiencia renal.

### **¿Cuáles son las causas y los factores de riesgo de la enfermedad renal crónica?**

La hipertensión y la diabetes son las causas más comunes de la enfermedad renal, la hipertensión causa poco más de una cuarta parte de todos los casos de insuficiencia renal y la diabetes causa un tercio de ellos. Entre 2005 y 2015, la prevalencia de enfermedad renal diabética aumentó en un 39,5 % a nivel mundial. En México, el país con la tasa de mortalidad por ERC más alta del mundo, más de la mitad de todos los casos de ERC en etapa 5 se atribuyeron a la diabetes.

Otras condiciones menos comunes que pueden causar la ERC pueden ser inflamación, infecciones, genética o bloqueo prolongado del sistema urinario (como agrandamiento de la próstata o cálculos renales).

### **¿Cómo podemos prevenir la enfermedad renal crónica?**

La ERC es una asesina silenciosa, pero por lo general se puede prevenir. Hay varias maneras de reducir el riesgo de desarrollar enfermedad renal.

- Hacer actividades físicas
- Alimentarse con una dieta saludable
- Reducir el consumo de sal
- No fumar
- Revisar y controlar el nivel de azúcar en la sangre y la presión arterial como parte de sus chequeos regulares
- Controlar su función renal si tienes uno o más de los factores de "alto riesgo": diabetes, hipertensión, obesidad, antecedentes familiares de ERC.

### **¿Cómo se diagnostica y se trata la enfermedad renal crónica?**

Los análisis de sangre y orina pueden detectar fácilmente la ERC y los tratamientos simples y de bajo costo pueden retrasar el avance de la enfermedad, reducir el riesgo de ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares asociados y mejorar la calidad de vida.

La detección temprana de la insuficiencia renal puede salvar vidas, ya que permite que la ERC se trate con medicamentos, dieta y cambios en el estilo de vida en lugar de diálisis o un trasplante de riñón, que son económicamente inaccesibles para la mayoría de las personas en todo el mundo. Estos tratamientos se conocen como terapias de reemplazo renal porque intentan "reemplazar" el funcionamiento normal de los riñones.

Cuando se presenta la insuficiencia renal, los desechos y los líquidos se acumulan en el cuerpo y necesita tratamientos de diálisis regulares de por vida para eliminar estos desechos y el exceso de líquido de la sangre. Para las y los pacientes que pueden acceder a él, un trasplante de riñón combinado con medicamentos y una dieta saludable puede restaurar la función renal normal.

## La enfermedad renal crónica está aumentando en prevalencia

Alrededor de 1,3 millones de personas mueren de enfermedades renales cada año, con 1,4 millones de muertes más por enfermedades cardiovasculares que se atribuyen a la insuficiencia renal.

La ERC está aumentando en prevalencia, y a un ritmo alarmante. Las muertes por ERC aumentaron un 41,5 % entre 1990 y 2020, pasando de la 17.<sup>a</sup> causa principal de muerte a la 10.<sup>a</sup>. Ahora, se espera que la ERC ascienda a la quinta causa principal de muerte a nivel mundial para el año 2040.

Esto se debe principalmente a los cambios en la forma en que comemos, bebemos y nos movemos, ya que la industria de la comida chatarra llega prácticamente a todos los rincones del mundo con sus productos nocivos para la salud y con sus técnicas de marketing agresivas, además la diabetes y la hipertensión, los factores de riesgo clave para la ERC, se están disparando. La mayor parte de este aumento está ocurriendo en países de ingresos bajos y medianos (PIBM) y entre las comunidades más marginadas en todos los países.

La ERC puede aparecer a cualquier edad, pero es más común con el aumento de la edad y en las mujeres. Aunque aproximadamente la mitad de las personas de 75 años o más tienen algún grado de insuficiencia renal, muchas de estas personas en realidad no tienen enfermedades de los riñones; tienen un envejecimiento normal de sus riñones.

About 1.3 million people die from kidney disease each year, with an additional 1.4 million deaths from cardiovascular disease that are attributed to impaired kidney function.

## Costo económico de la enfermedad renal crónica

El costo del tratamiento de la ERC representa una enorme carga para los sistemas de salud en todo el mundo. En los países desarrollados, la insuficiencia renal es un importante generador de gastos para las y los pacientes, sus familias y los gobiernos. Por ejemplo:

- Según un informe reciente publicado por la organización NHS Kidney Care, en Inglaterra, la ERC cuesta más que el cáncer de mama, pulmón, colon y piel combinados.
- En los EE. UU., es probable que el tratamiento de la ERC supere los USD 48 000 millones al año, y el programa en la Etapa 5 consume el 6,7 % del presupuesto total de Medicare para atender a menos del 1 % de la población que cubre.

En los países de ingresos medios, el acceso a terapias que salvan vidas ha aumentado sistemáticamente, pero la terapia de reemplazo renal (diálisis o trasplante) sigue siendo inasequible para la gran mayoría de las y los pacientes. Los países en desarrollo no pueden permitirse diálisis o trasplantes en absoluto, lo que resulta en la muerte de más de 1 millón de personas al año por insuficiencia renal no tratada.

Está claro que no todas las personas somos iguales con respecto a la enfermedad renal y el acceso al tratamiento.

### Fuentes:

- [National Kidney Foundation](#) [1]
- [International Society of Nephrology \(theisn.org\)](#) [2]
- [World Kidney Day](#) [3]
- Neuen BL, et al. Chronic kidney disease and the global NCDs agenda. *BMJ Glob Health*. 2017. Accessed here: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death> [4]

**Related Resource:** [Leaving no one behind: Ensuring inclusive NCD responses](#) [5]

[Gaining ground against chronic conditions](#) [6]

[diabetes](#) [7]

[hypertension](#) [8]

[noncommunicable diseases](#) [9]

[NCD prevention](#) [10]



---

**Source URL:** <https://old.ncdalliance.org/es/sobre-las-ent/ent/enfermedad-renal-cr%C3%B3nica>

### Enlaces

[1] <https://www.kidney.org/>

[2] <https://www.theisn.org/>

[3] <https://www.worldkidneyday.org/facts/chronic-kidney-disease/>

[4] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>

[5] <https://old.ncdalliance.org/es/node/11711>

[6] <https://ncdalliance.org/facing-forward/content/gaining-ground-against-chronic-conditions>

[7] <https://old.ncdalliance.org/es/category/tags/diabetes>

[8] <https://old.ncdalliance.org/es/taxonomy/term/605>

[9] <https://old.ncdalliance.org/es/category/tags/ncds>

[10] <https://old.ncdalliance.org/es/taxonomy/term/1017>