

## Dando voz al diagnóstico precoz en ERC

**¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD  
RENAL CRÓNICA Y QUÉ  
PUEDE HACER AL RESPECTO  
SI SU MÉDICO SE LA  
DIAGNOSTICA?**

# El diagnóstico precoz de la **ERC** es clave para evitar la progresión de la enfermedad<sup>1</sup>

Su médico puede hacerle recomendaciones para retrasar la progresión y preservar la función renal.

En esta guía encontrará información acerca de la enfermedad renal crónica y consejos para evitar su progresión.

- 
1. **¿Cómo funcionan los riñones?**
  2. **Conoce sus valores renales**
  3. **¿Cuáles son los factores de riesgo asociados a la ERC?**
  4. **¿Qué puede hacer para cuidar sus riñones?**
  5. **No está solo**
- 

**ERC:** Enfermedad renal crónica

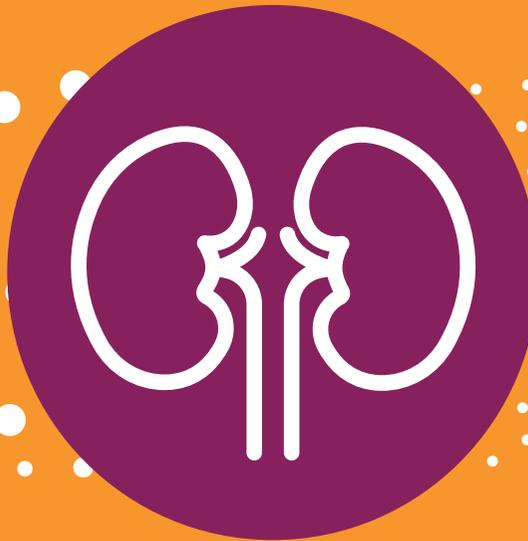
1. Webster AC, Nagler EV, Morton RL, Masson P. Chronic Kidney Disease. Lancet. 2017 Mar25; 389(10075):1238-1252.



# 1. ¿Cómo funcionan los riñones?<sup>1</sup>

Los riñones son el sistema de filtración del cuerpo y, por lo tanto, desempeñan una labor importante. Filtran la sangre, eliminando los desechos y las impurezas, al tiempo que regulan los metabolitos y nutrientes que el cuerpo necesita.

El funcionamiento de los riñones afecta a todos los demás sistemas del organismo. Los riñones y el corazón están especialmente conectados. Los daños en uno pueden provocar daños en el otro, lo que puede derivar en complicaciones graves para la salud<sup>2</sup>.



## 2. Conozca sus valores renales

La **ERC** se mide en estadios que comprenden del 1 al 5. Los estadios se determinan mediante el filtrado glomerular, que mide cómo realizan los riñones su trabajo<sup>1-2</sup>.

Estadio de la <b>ERC</b>	<b>TFG</b> (ml/min)	% de Función Renal
<b>ESTADIO 1</b> Daño renal mínimo con función renal normal	90 o más	
<b>ESTADIO 2</b> Daño renal con pérdida leve de la función renal	De 60 a 89	
<b>ESTADIO 3a</b> Pérdida leve a moderada de la función renal	De 45 a 59	
<b>ESTADIO 3b</b> Pérdida moderada a grave de la función renal	De 30 a 44	
<b>ESTADIO 4</b> Fallo grave de la función renal	De 15 a 29	
<b>ESTADIO 5</b> Fallo renal	Menos de 15	

Adaptado de la National Kidney Foundation.

Las dos pruebas más importantes para evaluar la función y el daño renal son:



La estimación de la tasa de filtrado glomerular (**TFG**) mediante un análisis de sangre.



La presencia de la albúmina, una proteína plasmática que, en condiciones patológicas, se puede encontrar en la orina.

Afortunadamente, su médico puede evaluar estos parámetros de manera sencilla a través de un análisis rutinario.

El seguimiento de sus valores renales puede alertar a su médico de que su función renal puede estar disminuyendo. Si ese es el caso, puede tomar medidas con su médico para para ralentizar la progresión de la enfermedad.

**ERC:** Enfermedad renal crónica; **TFG:** Tasa de filtrado glomerular

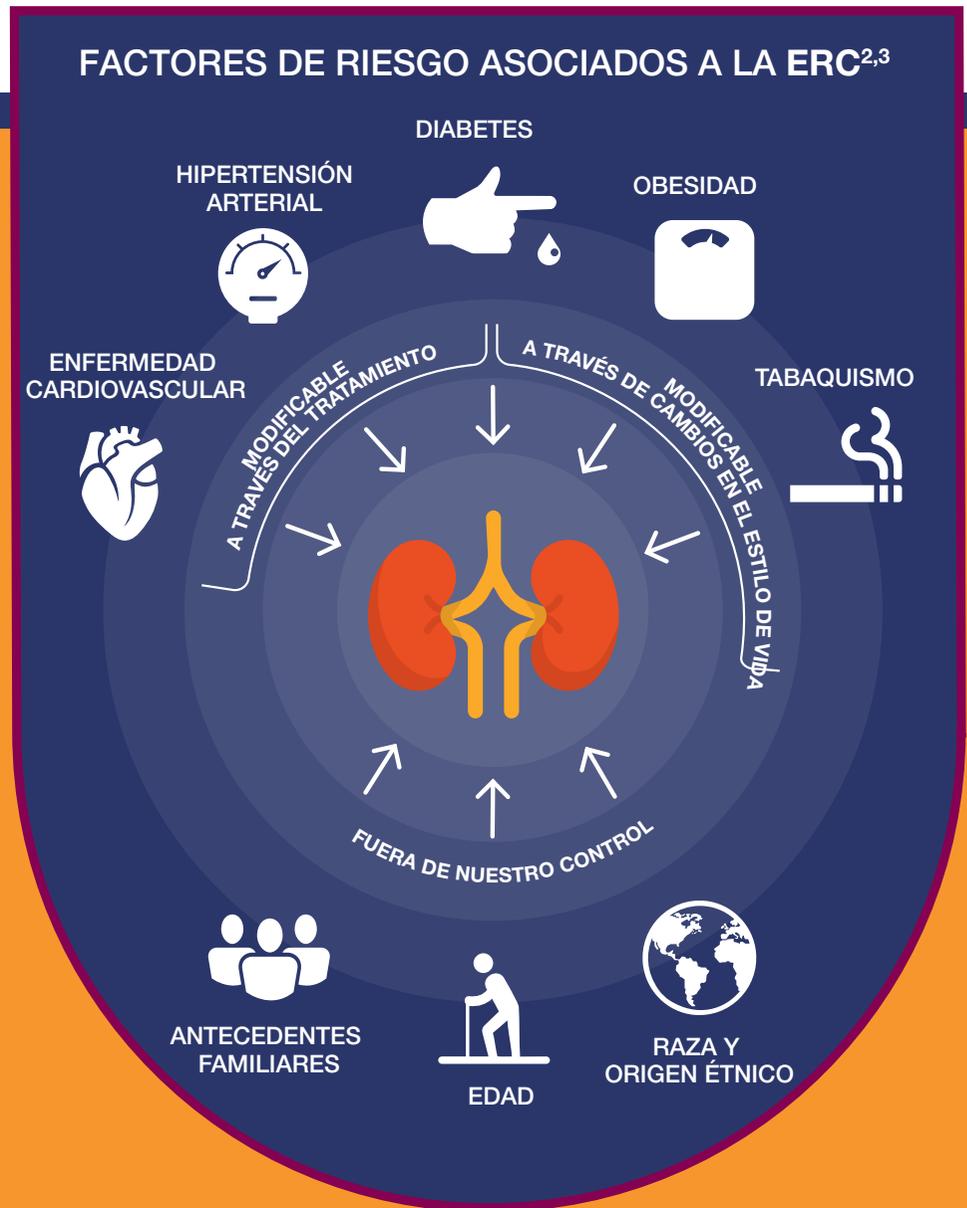
1. National Kidney Foundation. Estimated glomerular filtration rate (eGFR). Published 2018. Accessed October 7, 2020. <https://www.kidney.org/atoz/content/gfr>

2. Kidney Disease, & Improving Global Outcomes (KDIGO) CKD Work Group. KDIGO 2012 clinical practice guideline for the evaluation and management of chronic kidney disease. Kidney Int Suppl. 2013. 3(Suppl. 1), 1-150.

### 3. ¿Cuáles son los factores de riesgo asociados a la **ERC**?

La **ERC** es la **enfermedad silenciosa** del siglo XXI, ya que en muchas ocasiones no presenta síntomas hasta que se encuentra en estadios avanzados. Sin embargo, hay varios factores que son más frecuentes en las personas que desarrollan **ERC**<sup>1</sup>.

La **diabetes tipo 2** y la **hipertensión arterial** son los dos factores de riesgo principales asociados a la **ERC**, y en la imagen adjunta se muestran los principales factores de riesgo asociados a la **ERC**<sup>2,3</sup>.



**ERC:** Enfermedad renal crónica

1. Webster AC, Nagler EV, Morton RL, Masson P. Chronic Kidney Disease. Lancet. 2017 Mar 25; 389(10075):1238-1252.

2. Grupo de trabajo en ERC de las guías KDIGO (Kidney Disease Improving Global Outcomes) KDIGO 2012. Kidney Int Suppl. 2013;3:1-150; 3. Dunkler D et al. Clin J Am Soc Nephrol. 2015;10:1371-9

## 4. ¿Qué puede hacer para cuidar sus riñones?

### Estas son las recomendaciones para cuidar sus riñones<sup>1</sup>:



Si tiene **diabetes**, tome todas las medidas necesarias para controlarla de forma activa. La diabetes es una de las principales causas de la **ERC**.



Controle la **presión arterial**.



Mantenga el **colesterol** bajo control para evitar posibles daños en los vasos sanguíneos.



Lleve una **dieta** adecuada para el riñón; consulte con un dietista.



Informe a su médico sobre todos los medicamentos que esté tomando, incluidos los que puede obtener sin receta médica y las vitaminas. Algunos de ellos podrían dañar los riñones.



Haga **ejercicio** y aspire a un peso saludable.



**No fume**; puede empeorar el daño renal.

## 5. No está solo

La **ERC** afecta a **1 de cada 7 adultos en España**, es decir, un 15% población española<sup>1</sup>. La mayoría de los pacientes no saben que la padecen<sup>2</sup>, por ello **un diagnóstico precoz de la ERC** es clave para evitar su progresión<sup>3</sup>.



Para responder a la pregunta ¿Están sanos mis riñones? Le invitamos a realizar este breve cuestionario online desarrollado por la ISN (Sociedad Internacional de Nefrología)

<https://kidneyquiz.theisn.org/es/index.html>



Para más información consulte nuestra página sobre **ERC**:



<https://www.astrazenecapacientes.es/home/cardiovascular-renal-and-metabolism/enfermedad-renal-cronica.html>



ERC: Enfermedad renal crónica

1. Manuel Gorostidi, *et al.* Chronic kidney disease in Spain: Prevalence and impact of accumulation of cardiovascular risk factors *Nefrología*, Volume 38, Issue 6, November–December 2018, Pages 606-615 .

2. Centers for Disease Control and Prevention (CDC) [Internet]. Chronic kidney disease in the United States, 2019. Available from: URL: <https://www.cdc.gov/kidneydisease/publications-resources/2019-national-facts.html>. (Consultado julio 2021).

3. Webster AC, Nagler EV, Morton RL, Masson P. Chronic Kidney Disease. *Lancet*. 2017 Mar25; 389(10075):1238-1252.

