

# TEST

## DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES 2003:

### La diabetes puede costarte un riñón

### ¿ Verdadero o falso ?



#### ¿Cuánto sabes acerca de la nefropatía diabética?

¿Sabías que la diabetes es la principal causa de insuficiencia renal en el mundo desarrollado? Si tienes diabetes, ¿Sabes cómo reducir el riesgo de insuficiencia renal? He aquí un cuestionario para medir tus conocimientos sobre la diabetes y el riñón.

<b>Q1</b>	La diabetes es la primera causa de insuficiencia renal en la mayoría de los países-desarrollados.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q2</b>	Cuando los riñones no funcionan adecuadamente, no limpian la orina adecuadamente.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q3</b>	No hay síntomas en las etapas iniciales de las lesiones renales.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q4</b>	Cuando las lesiones renales no son tratadas, pueden producir la muerte.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q5</b>	Todo el que tenga diabetes desarrollará tarde o temprano problemas renales.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q6</b>	Las pequeñas cantidades de proteína en la orina son un indicio precoz de lesión renal.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q7</b>	Las lesiones renales normalmente desembocan en insuficiencia renal total.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q8</b>	Las personas con altos niveles de azúcar en sangre e hipertensión corren un mayor riesgo de desarrollar nefropatía diabética.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q9</b>	Las personas con diabetes deberían medirse la tensión arterial cada vez que visiten a su médico.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q10</b>	Una vez desarrolla una lesión renal, no hay nada que se pueda hacer para ralentizarla o evitar que empeore.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q11</b>	Microalbuminuria quiere decir "presencia de pequeñas cantidades de proteína en la sangre".	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q12</b>	La IRCT, o insuficiencia renal crónica terminal, o insuficiencia renal total, se produce cuando los riñones necesitan ya sea un tratamiento de diálisis o un trasplante de riñón.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q13</b>	La enfermedad renal puede detectarse midiendo la tensión arterial.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q14</b>	Diálisis significa "eliminación selectiva de ciertas sustancias tóxicas de la sangre por medios artificiales".	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q15</b>	Hay tres tipos de diálisis, hemodiálisis, diálisis peritoneal y diálisis abdominal.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q16</b>	El trasplante de riñón es un tipo de cura para la insuficiencia renal.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q17</b>	Los inhibidores ACE se recomiendan a menudo para las personas con diabetes, hipertensión y enfermedad renal.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q18</b>	Las personas con diabetes y problemas renales no deberían comer demasiado proteínas.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q19</b>	Perder peso, si fuese necesario, a menudo ayuda a disminuir los niveles de azúcar en sangre y la tensión arterial.	<b>V</b>	<b>F</b>
<b>Q20</b>	Correr es inocuo y mejor que caminar cuando quieres algún de ejercicio físico.	<b>V</b>	<b>F</b>

**La diabetes puede costarte un riñón: ¡actúa ya!**

# RESPUESTAS AL TEST

## Verdadero o falso ?



<b>Q1</b>	<b>VERDADERO</b>	La diabetes representa aproximadamente el 40% de los nuevos casos anuales de Insuficiencia Renal Crónica Terminal (ICRT) en países desarrollados.
<b>Q2</b>	<b>FALSO</b>	La función de los riñones es limpiar la sangre eliminando las sustancias tóxicas mediante la orina.
<b>Q3</b>	<b>VERDADERO</b>	Por esto es que se deben realizar análisis de orina que detecten microalbuminuria.
<b>Q4</b>	<b>VERDADERO</b>	Cuando fallan los riñones, las sustancias tóxicas que se acumulan en la sangre pueden provocar la muerte.
<b>Q5</b>	<b>FALSO</b>	No todo el que tiene diabetes desarrolla una enfermedad renal. Entre los factores que influyen en el desarrollo de la enfermedad renal se encuentran la genética, el control del azúcar en sangre y la tensión arterial..
<b>Q6</b>	<b>VERDADERO</b>	Deberías pedirle al profesional sanitario que te atiende que revise tu orina al menos una vez al año que detecte posibles pequeñas cantidades de proteína.
<b>Q7</b>	<b>FALSO</b>	Se puede evitar que empeoren las lesiones renales mediante un buen control de los niveles de azúcar en sangre y de la tensión arterial y mediante los cambios adecuados en el estilo de vida.
<b>Q8</b>	<b>VERDADERO</b>	Mantén tus niveles de azúcar en sangre lo más cerca posible de lo normal y tu nivel de tensión arterial por debajo de 130/85.
<b>Q9</b>	<b>FALSO</b>	Si la presión arterial es alta, debe ser medida regularmente porque es un factor de riesgo por el desarrollo de la enfermedad renal. Si la presión arterial es normal, un control anual es suficiente.
<b>Q10</b>	<b>FALSO</b>	Las lesiones renales se pueden ralentizar controlando los niveles de azúcar en sangre y la tensión arterial. Un plan de comidas saludable y realizar ejercicio también ayuda.
<b>Q11</b>	<b>FALSO</b>	Microalbuminuria quiere decir "pequeñas cantidades de proteína en la orina".
<b>Q12</b>	<b>VERDADERO</b>	La IRCT a menudo se produce cuando los riñones funcionan al 10% o menos de su capacidad.
<b>Q13</b>	<b>FALSO</b>	La hipertensión es un factor de riesgo, pero la enfermedad renal se detecta mediante un análisis de orina.
<b>Q14</b>	<b>VERDADERO</b>	La diálisis se realiza con una máquina de filtrado a la que la persona se conecta mediante un tubo (hemodiálisis) o internamente, utilizando una solución que limpia la sangre y que se inyecta en la región abdominal (diálisis peritoneal).
<b>Q15</b>	<b>FALSO</b>	Hay dos tipos de diálisis: la hemodiálisis, que se procesa mediante una máquina, y la diálisis peritoneal, que se realiza en la tripa (abdomen) de la persona con enfermedad renal.
<b>Q16</b>	<b>FALSO</b>	No hay cura para la insuficiencia renal hasta la fecha. Un trasplante es un buen tratamiento para la IRCT pero no dura para siempre.
<b>Q17</b>	<b>VERDADERO</b>	Estudios reciente sugieren que los inhibidores ACE ralentizan la enfermedad renal además de reducir la tensión arterial.
<b>Q18</b>	<b>FALSO</b>	Algunos médicos podrían aconsejar a su paciente, si tiene microalbuminuria, que coma menos proteína. Sin embargo, no comience una dieta sin consultar antes a alguien de su equipo sanitario.
<b>Q19</b>	<b>VERDADERO</b>	Se puede perder algo de peso mediante una dieta equilibrada y ejercicio físico.
<b>Q20</b>	<b>FALSO</b>	Caminar es el ejercicio más inocuo para la mayoría de las personas