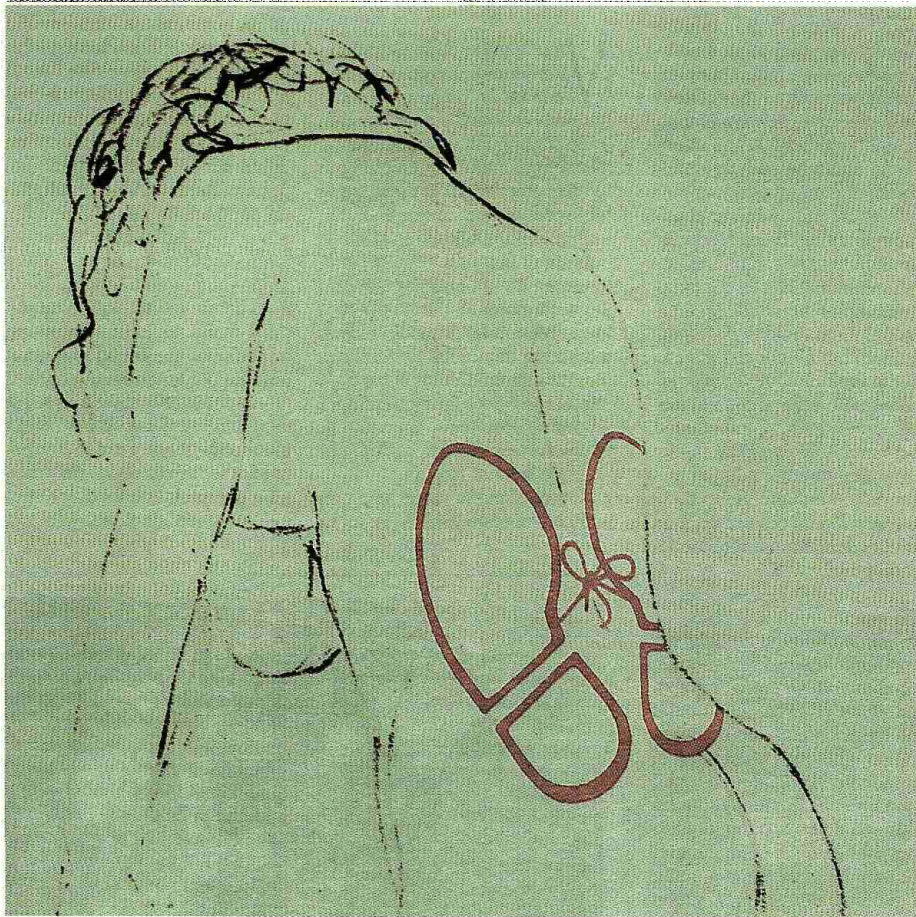


Pilar Pérez  
Madrid

# El envejecimiento y la diabetes duplicarán los enfermos renales en 10 años

CERCA DE 5 MILLONES DE ESPAÑOLES SUFREN PROBLEMAS CRÓNICOS DE RIÑÓN, Y MÁS DE UN MILLÓN Y MEDIO PADECE INSUFICIENCIA. LOS ESPECIALISTAS APUESTAN POR PROGRAMAS DE DETECCIÓN PRECOZ, YA QUE EN UN 90 POR CIENTO DE LA POBLACIÓN PASA DESAPERCIBIDA



Raúl

Los riñones son los «centinelas de nuestro corazón», ya que sus complicaciones preceden a problemas cardiovasculares como el infarto de miocardio o el accidente cerebrovascular. La razón es que los daños en sus vasos sanguíneos se expresan a través de la insuficiencia renal y sus alteraciones.

En la actualidad, hay más de 40.000 personas en España que están en tratamiento renal sustitutivo, mediante diálisis o trasplante, cifra que se duplicará en la próxima década, según datos que maneja el estudio «Epirce» de la Sociedad Española de Nefrología (SEN), y que revelan que en nuestro país hay más de 4 millones de pacientes crónicos, y cerca de un millón y medio desconocen que sus riñones tienen mermadas sus funciones. «En este momento, pensamos que la enfermedad renal es una epidemia que puede extenderse en los próximos años, entre un 75 y 100 por cien, debido principalmente al aumento de pacientes diabéticos y al progresivo envejecimiento de la población», explica el doctor Ángel Luis Martín de Francisco Hernández, presidente de la Sociedad Española de Nefrología (SEN). «Todo esto puede provocar un aumento de los costes económicos, que en la actualidad son casi 900 millones de euros anuales, que podrían destinarse a otras necesidades sanitarias», explica.

## MEDIDAS PREVENTIVAS

La mayor parte de los pacientes son adultos que desconocen que tienen este problema y, sin embargo, presentan un riesgo muy superior al de la población sana de desarrollar futuras lesiones cardiovasculares y de evolucionar a la diálisis o al trasplante. «Insistimos en la importancia de la detección precoz porque esta patología indolora, que apenas presenta síntomas, pasa desapercibida en el 90 por ciento de la población», apunta el presidente de la SEN. La prevalencia real de esta enfermedad se estima en torno al 12 por ciento de la población adulta, dato que se incrementa en los mayores de 65 años, donde alcanza el 45 por ciento. Existen medidas de detección precoz y control para mantener una función renal saludable. «Entre las pruebas disponibles destacan estudios bioquímicos, sobre todo los niveles de creatinina y de urea, que revelan la actividad del riñón», apunta el nefrólogo Javier Lavilla, de la Clínica Universitaria de Navarra.

Los factores de riesgo que pueden perjudicar la función renal o facilitar la pérdida de unida-

des funcionales son la hipertensión arterial mal controlada, diabetes, obesidad, abuso de sal en la alimentación y el empleo inadecuado de medicamentos—«automedicación»—

(sobre todo antiinflamatorios). «Muchas personas descuidan su tensión arterial y la dieta, factores que se repercuten en los riñones y de cuyas consecuencias no somos cons-

cientes hasta que es demasiado tarde», apunta Paloma Sanz, nefróloga del Centro de Información de la Fundación «Alcer», Asociación de Lucha contra las Enfermedades de

## TRATAMIENTOS

No hay un método curativo. Los fármacos frenan algunos síntomas, la diálisis y los trasplantes sólo son sustitutivos

► **Farmacológico.** «Busca bloquear los mecanismos de lesión renal, inmunológicos—mediante el empleo de inmunosupresores—o hemodinámicos relacionados con la presión arterial dentro y fuera del riñón. Pero sólo son efectivos cuando la insuficiencia renal es moderada», apunta el doctor Lavilla.

► **Diálisis.** Método utilizado para tratar el deterioro de los riñones. Existen dos tipos: hemodiálisis y diálisis peritoneal. El primero, el más común, lo emplean el 80 por ciento de pacientes. En él, la sangre es bombeada a través del dializador, el líquido sobrante y los desechos son eliminados. Los enfermos deben acudir al menos tres veces en semana, y permanecer entre cuatro y seis horas en el centro. El segundo, sólo usado por el 20 por ciento, utiliza el peritoneo—situado en el abdomen— como filtro. «Este sistema

permite mayor autonomía al paciente, a la vez que exige más responsabilidad, constancia y cuidado», asegura el doctor Francisco Ortega, vicepresidente de la Fundación Renal «Íñigo Álvarez de Toledo». Una pequeña máquina introduce un líquido que absorbe las sustancias de desecho. Cada intercambio implica una sesión (de media hora), por ello necesitan varios ciclos que pueden ser nocturnos o 4 veces al día.

► **Trasplante.** La sustitución de los riñones defectuosos por uno sano (procedente de un donante vivo o muerto) no es una tarea sencilla por razones de compatibilidad. «Hoy día se practica el trasplante anticipado, es decir, en casos de extrema urgencia en los que el paciente tiene un tipaje singular—características poco comunes—, la diálisis es imposible o hay secuelas de otras operaciones», explica Ortega.

Riñón. Para evitar encontrarnos con este problema es imprescindible una dieta sana. «Cuando aparecen las complicaciones renales las restricciones alimenticias son mayores e incluso son necesarios los suplementos vitamínicos y nutricionales para afrontar la enfermedad en cada estado y sus tratamientos», explica Maricel Julve, presidenta de la Sociedad Española de Enfermería Nefrológica.

En esta situación se encontró Ángel Barajas, de 66 años, a quien se le detectó la patología hace dos. Desde entonces se ha sometido a diálisis y a un trasplante, que no prosperó. «Gracias a la sanidad pública, me puedo permitir la hemodiálisis—que incluye los desplazamientos—y los medicamentos, que serían muy costosos si se fuera por lo privado, —entre 120 y 180 euros por cada sesión—», explica Ángel.

## ANIVERSARIO

La Fundación «Alcer» cumple 30 años de vida, a lo largo de los cuales ha sido testigo de la evolución de los avances médicos y el acceso a los tratamientos. «Ahora nos centramos en la prevención y en la detección, porque son campos en los que hay mucho trabajo por hacer. En otros, como los tratamientos, podemos considerarnos un país privilegiado», comenta Alejandro Toledo Noguero, presidente de la fundación. En esta línea cabe destacar que, hace tres décadas, el 90 por ciento de los pacientes fallecían y hoy el cien por cien de los mismos tienen acceso a los tratamientos.

Desde la fundación insisten en las necesidades de información en aspectos tan importantes como la alimentación, el apoyo psicológico o los requisitos de la solicitud de los certificados de minusvalía y prestaciones por invalidez. «También se deberían destacar las ayudas necesarias para las personas mayores, y fomentar el tratamiento en el propio domicilio», apunta.

De interés para los enfermos:

Federación Nacional ALCER (Asociación de Lucha contra las Enfermedades de Riñón)

C/D. Ramón de la Cruz, nº 88 oficina, 2 y 3,  
28006 Madrid, Telf. 902 999 611

federacion@alcer.org, www.alcer.org