

DÍA MUNDIAL / FUNDACIÓ RENAL JAUME ARNÓ

150 personas viven con un riñón trasplantado en Lleida

▶ Las enfermedades renales no tienen síntomas previos aunque los diabéticos y hipertensos son los más sensibles

▶ El nefrólogo del Arnau, Jordi Roig, apuesta por una dieta baja en sal y por la eliminación total del tabaco

LLEIDA **M.ROMERA**

El trasplante es el mejor tratamiento para una persona con enfermedad renal crónica. Mejora su calidad de vida física y mental, su rutina y, además, gracias a los avances en la medicación inmunosupresora, cada vez son más los años de durabilidad de estos órganos vitales trasplantados. En la provincia de Lleida hay cerca de 1.000 personas afectadas por una dolencia renal, 150 de ellas, trasplantadas.

Ignacio Gracia, vicepresidente de la Fundació Renal Jaume Arnó, aseguró ayer que uno de los principales problemas de estas enfermedades es la falta de síntomas. "Un enfermo renal no se da cuenta hasta que el proceso ya está muy avanzado y tiene los síntomas secundarios que desencadenan un mal funcionamiento de los riñones", dijo Gracia quien matizó que si el mal es generado por una malformación congénita o accidentes, es más fácil y rápido detectarlo. Una vez te diagnostican esta disfunción se inicia un tratamiento conservador que pretende regular y aliviar la mala praxis de éste órgano hasta que se llega a unos niveles en los que el paciente precisa de una alternativa mayor. En este momento es cuando se aplica uno de los tres tratamientos substitutivos renales existentes, la hemodiálisis, la diálisis peritoneal o el trasplante. En toda la provincia hay 250 personas sometidas a la diálisis y cerca de 500 dependientes de un tratamiento debido a la enfermedad renal avanzada, según datos de la



L.M

Imagen de archivo de una sesión de diálisis en donde los pacientes acuden tres días a la semana cuatro horas

Fundación Jaume Arnó.

La diálisis es, tal vez, el tratamiento más duro y esclavo para un enfermo renal. El paciente debe acudir al hospital tres días a la semana y someterse a la filtración sanguínea que realiza la máquina durante cuatro horas. Pese a esta aparente pesimista situación, Gracia aportó su dosis de optimismo afirmando que "no hay que ver la situación como que tienes que estar enganchado a una máquina, sino que gracias a esa máquina puedes vivir". La diálisis peritoneal, en cambio, se realiza en casa y es también un aparato

el que se encarga de filtrar la sangre mediante unos líquidos que se infiltran en la zona del peritoneo, en la zona abdominal.

La dieta mediterránea

Jordi Roig, nefrólogo del Hospital Universitari Arnau de Vilanova de Lleida destacó ayer la imprescindible función de los riñones. "Eliminar los líquidos sobrantes y con ellos las toxinas del cuerpo es una función irremplazable para el cuerpo" dijo Roig. El nefrólogo aseguró que los principales factores de ries-

go para padecer una enfermedad renal es la diabetes y la hipertensión arterial. Para remediar o prevenir esta dolencia Roig recomienda una dieta mediterránea con abundantes frutas y verduras. Consumir poca sal es otro aspecto elemental, unido al ejercicio físico y la eliminación de adicciones como el tabaco.

El próximo jueves 14 de marzo se celebra el Día Mundial del Riñón y para ello la Fundació Jaume Arnó colocará el sábado 16 mesas informativas en tres supermercados de la ciudad en donde se podrá comprar el conocido "pa de ronyó".