

La prevención de la insuficiencia en diabéticos centra el Día del Riñón



© J. Javier Ramos / Hospital Universitario de Guadalupe

Foto: EUROPA PRESS

BILBAO, 12 Mar. (EUROPA PRESS) -

ALCER Bizkaia, la asociación para la lucha contra las enfermedades del riñón, realizará **este jueves varias charlas informativas** con motivo del **Día Mundial del Riñón**, que se centrará en el territorio

vizcaíno en **la prevención de la insuficiencia renal en los pacientes diabéticos**.

Bajo el lema 'Escucha a tus Riñones' (www.escuchaatusriñones.es/) y con la colaboración de AbbVie, ALCER dedicará la jornada a explicar a los ciudadanos los **factores de riesgo de la ERC** y la importancia de prevenirla mediante el control de la función renal ya que "estamos ante una enfermedad silenciosa que **no da la cara hasta encontrarse en estadios muy avanzados**", han indicado desde ALCER Bizkaia.

La nefróloga de la Clínica San Camilo de Madrid Paloma Sanz ha indicado, en este sentido, que la enfermedad renal crónica es "un problema de salud pública cada vez más frecuente y se asocia a una importante morbi-mortalidad cardiovascular, así como a **costes muy significativos**". Se estima que el coste anual en España asociado al tratamiento de las fases más avanzadas de la ERC asciende a más de 800 millones de euros.

Por su parte, la presidenta de ALCER Bizkaia, Belén Herrera, ha subrayado la importancia del desarrollo de campañas informativas y de **concienciación** porque permite impulsar la prevención de esta enfermedad y conseguir no sólo ahorrar en costes médicos, sino también mejorar la calidad de vida de los pacientes.

"Sólo **la prevención y el diagnóstico precoz** pueden frenar el alto coste psicosocial y económico de la Enfermedad Renal Crónica", ha advertido. Los organizadores del Día Mundial en Bizkaia han elegido como temática la prevención de la insuficiencia renal en los pacientes diabéticos.

En la actualidad, en función de los datos aportados por ALCER, **un 10% de la población española adulta tiene ERC** y en determinados grupos de pacientes con hipertensión arterial (HTA) o diabetes mellitus (DM) la prevalencia puede alcanzar el 35-40%. La mayoría de las personas que la padecen, han advertido desde la asociación, "lo desconocen" y se manifiesta "cuando ya está en un estadio muy avanzado".

La ERC mantiene **en diálisis a unos 25.000 pacientes** en España y aproximadamente al mismo número de pacientes con un trasplante renal funcionante. Las causas que lo produce pueden ser diversas, pero las más frecuentes son la diabetes, la hipertensión o las alteraciones vasculares.

Además, en palabras de Paloma Sanz, "debido al alto riesgo cardiovascular y las comorbilidades asociadas se acepta que la ERC supone **una de las principales causas de mortalidad en mundo occidental**". "Cuando el riñón deja de funcionar más de un 50%, el resto se va agotando año a año, aunque los factores de riesgo estén controlados, es decir, que la progresión es inevitable", ha explicado.

En este contexto, los expertos señalan la necesidad de inculcar medidas preventivas a la población, como una **dieta sana**, reducir la sal, hacer ejercicio, **no fumar**, así como controlar la tensión arterial y el azúcar, e indicar **qué medicamentos se pueden lesionar los riñones** si se toman sin control.

"Nuestro reto como especialista es conseguir, por tanto, un diagnóstico precoz que nos permita **detectar la enfermedad en los primeros estadios** y así enlentecer su evolución y evitar sus comorbilidades", ha afirmado la nefróloga.

MÁS DE 400 VOLUNTARIOS

Durante el Día Mundial del Riñón, la Asociación para la Lucha contra las Enfermedades del Riñón pondrá en marcha 102 puntos informativos a lo largo de la geografía española, gracias a la participación de **más 400 voluntarios** que repartirán más de 10.000 folletos entre los ciudadanos.

En el caso de Bizkaia, se celebrarán **charlas informativas** sobre medición de glucosa, creatinina y tensión arterial en los locales de ALCER (11.00 horas), así como sobre factores de riesgo que acompañan a la diabetes y consejos para los pacientes en Arrupe Etxea (18.00 horas), en Bilbao. Además, en el centro Comercial Ballonti de Portugalete se realizará otra charla preventiva (10.30 horas).