

Insuficiencia Renal Crónica

Dossier informativo sobre la enfermedad cedido por la Fundación Renal "Íñigo Álvarez de Toledo"

La Insuficiencia Renal Crónica es una enfermedad que cursa con una progresiva y lenta disminución de la función renal, provocando la acumulación de sustancias tóxicas en la sangre.

En condiciones normales, el aparato digestivo selecciona de los alimentos que tomamos aquellos nutrientes que necesita, eliminando por las heces y la orina las sustancias que no puede aprovechar. Los riñones son los encargados de filtrar, depurar y equilibrar la sangre. En la Insuficiencia Renal Crónica, esta capacidad del riñón para eliminar los productos que son nocivos está anulada.

La diálisis

Es el proceso mecánico que permite extraer los productos de desecho y el exceso de agua del cuerpo, devolviendo a la persona la sangre purificada y el líquido ajustado.

En el período interdiálisis, que generalmente es de 2-3 días, en la sangre se van acumulando sustancias que si alcanzan niveles muy altos pueden ocasionar serios trastornos en el organismo. Ésta es la razón por la que es necesario controlar la cantidad de algunos elementos contenidos en los alimentos.

El envejecimiento, que está ocurriendo en prácticamente toda la población mundial, es más acentuado en los países desarrollados. Esta condición es la más importante en la aceleración de la aparición de Insuficiencia Renal Crónica, de modo que se calcula que en todo el mundo del 1,1 millón de enfermos que está actualmente en diálisis, se pasará a 2 millones para el año 2010.

Psicología del enfermo renal

Padecer Insuficiencia Renal Crónica y encontrarse en un programa de hemodiálisis es un problema que afecta a todas las áreas de la vida de la persona. Estar en diálisis supone tener que asumir y vivir una serie de dificultades de forma constante, la mayoría potencialmente estresantes. Éstas son más impactantes en los primeros momentos del tratamiento, al tener que enfrentarse a circunstancias y acontecimientos desconocidos y a numerosos cambios en los hábitos y en el estilo de vida, debiendo adaptarse a esta situación especialmente difícil.

Los problemas más frecuentes son los relacionados con la ansiedad, alteraciones de estado de ánimo, conductas desadaptadas, hábitos inadecuados, alteraciones de sueño y problemas sexuales y de pareja.

Necesidades sociales del enfermo renal

Acudir tres veces por semana a un centro de diálisis durante cuatro horas cada día. Una obligación repentinamente impuesta, que evidentemente repercute en el modo

de vida habitual. Surgen entonces nuevas necesidades. Adaptar la vida laboral a unas circunstancias especiales, recurrir a la ayuda familiar con las implicaciones que esto conlleva, nuevas necesidades de transporte, etc. Todo un mundo de incertidumbres que requieren el trabajo de una asistente social para encontrar la solución oportuna a cada caso concreto.

Añádase, además, el problema del progresivo envejecimiento de la población. La atención al mayor en diálisis centra cada día más el esfuerzo de los profesionales que atienden las necesidades del enfermo renal.

Nutrición del enfermo renal

Como muchas enfermedades crónicas, la insuficiencia renal tiene un elevado riesgo de malnutrición, que por sí mismo empeora el curso de la enfermedad. A través de la dieta podemos controlar múltiples complicaciones que pueden aparecer en estos pacientes, como hipertensión arterial, dislipemias o déficits/excesos de determinados nutrientes (calcio, fósforo, potasio...).

Mediante la educación nutricional se puede y debe modificar, para el resto de la enfermedad, los hábitos alimentarios de estos pacientes. Pero dieta en griego significa "manera de vivir". El acto de comer, más allá de su valor nutritivo, tiene también un marcado carácter social y de satisfacción personal. Esto coloca a la dietista ante la dificultad de saber combinar los alimentos para elaborar unos menús que resulten variados y atractivos, pese a los múltiples condicionantes que deben tenerse en cuenta a la hora de su composición.