

Prevenir y controlar la diabetes es el mejor modo de evitar el aumento de las enfermedades renales, según los expertos

Carmen Moreno

Ésta ha sido la idea principal que se ha querido transmitir en el Día Mundial del Riñón porque, según los expertos asistentes, la diabetes es uno de los factores de riesgo más importantes en el desarrollo de la insuficiencia renal.

Madrid (11-3-10).- Especialistas en Endocrinología, Nefrología y Enfermería Nefrológica han aprovechado el día Mundial del Riñón, que se celebra el día 11 de marzo, para recordar a especialistas y pacientes la relevancia de prevenir y mantener a raya la diabetes para evitar la insuficiencia renal, uno de los factores de riesgo más peligrosos que puede conllevar esta alteración metabólica.



Los representantes de las organizaciones españolas que han participado en la campaña (Sociedad Española de Nefrología, Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición, Organización Nacional de Trasplantes, Sociedad Española de Diabetes, Sociedad Española de Enfermería Nefrológica y Federación Nacional de las Asociaciones para la Lucha contra las Enfermedades del Riñón), cuyo lema ha sido "Proteja sus riñones, controle la diabetes", han estado de acuerdo en que la prevención es la principal arma con la que se cuenta para rebajar las cifras de incidencia que parecen continuar creciendo a pesar de los esfuerzos invertidos.

Según el Dr. Alberto Martínez Castela, presidente de la Sociedad Española de Nefrología (SEN), "en España alrededor de 132 pacientes al año tienen que llegar a tratamiento renal sustitutivo, a diálisis y/o al trasplante". Esto se debe a que hay muchas personas que padecen insuficiencia renal en los primeros estadios y no saben que están enfermos. Por tanto, como concreta este experto, el objetivo es "llegar a tiempo y diagnosticar a la población de riesgo antes de que sufra la enfermedad renal".

Las personas con diabetes deben estar en el punto de mira de los profesionales médicos porque son pacientes que tienen un riesgo vascular especial, lo que repercute en un mayor desarrollo de los problemas renales. De hecho, como concreta el Dr. Rafael Matesanz, director de la Organización Nacional de Trasplantes (ONT) "de todos los enfermos que llegan a insuficiencia renal crónica en la actualidad, alrededor de la cuarta parte son diabéticos, y del total de enfermos con insuficiencia renal tratados en España, el 14 por ciento tienen la diabetes como enfermedad de base".

Para controlar esta recurrencia en alza los especialistas deben estar atentos a aquellos individuos que, como los diabéticos, son más susceptibles de sufrir esta patología. De este modo, lo confirma el Dr. Tomás Lucas, presidente de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), "el endocrinólogo, además, de ocuparse del control metabólico, debe estar muy atento a la aparición de complicaciones, entre ellas la nefropatía, mediante las determinaciones de microalbuminuria". Pero también "es interesante que los pacientes sean conscientes de que deben preocuparse y preguntar a su médico o enfermera cómo se encuentran sus riñones, porque esta actitud también contribuye al diagnóstico precoz y a la prevención", afirma María Jesús Rollán, presidenta de la Sociedad Española de Enfermería Nefrológica (SEDEN).

Las claves fundamentales para prevenir se basan, sobre todo, en el control metabólico. Para conseguirlo, los expertos aconsejan evitar la obesidad, realizar una dieta saludable y personalizada, practicar ejercicio físico de forma habitual y constante, controlar la terapia medicamentosa y educar a los pacientes para que cuiden su diabetes.

Alejandro Toledo Noguera, presidente de la Asociación para la Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER) ha puesto voz a los pacientes renales y ha aprovechado este día para reivindicar una Estrategia de Salud Renal: "es necesaria una mejor planificación del tratamiento de la enfermedad crónica, que pasador una mejor organización, la implementación de las consultas en todos los hospitales con servicio de Nefrología y la ampliación de os equipos multidisciplinares".