

Día Mundial del Riñón**Hasta el 40 % de las personas con diabetes desarrolla daño renal**

MADRID, 13 Mar. (EUROPA PRESS) -

El daño renal ocasionado por la diabetes se denomina nefropatía diabética y aparece hasta en un 40 por ciento de los pacientes con diabetes, llegando al 50 por ciento en aquellos que superan los 20 años desde el comienzo de la enfermedad, señala la Sociedad Española de Diabetes (SED), con motivo del Día Mundial del Riñón, que tiene lugar este jueves.

Y es que la nefropatía diabética es la responsable "del 30 por ciento de los enfermos de diálisis", además de ser "la primera causa de trasplante renal en los países occidentales", ha señalado la presidenta de la Sociedad Española de Diabetes (SED), la doctora Sonia Gaztambide.

"Sin embargo, las alteraciones renales crónicas, como las que produce la diabetes a lo largo de los años en el riñón, en sus inicios no presentan síntomas y pasan inadvertidas", ha alertado esta experta.

De este modo, la enfermedad es asintomática hasta que se produce un daño grave y, a menudo irreparable, en la función del riñón. "Esto obliga a realizar analíticas de sangre y orina de forma periódica para detectar precozmente la pérdida inadecuada de proteínas en orina y alteraciones de la función renal", ha dicho el doctor José López López, miembro de la Junta de la SED.

Para el despistaje anual es necesario hacer un análisis de orina al levantarse para determinar la cantidad de microalbuminuria eliminada y de sangre (creatinina) para valorar el posible daño renal causado por la diabetes.

Los niveles elevados de azúcar en la sangre, característicos de la diabetes, pueden dañar los vasos sanguíneos de todo el cuerpo, incluyendo los de los riñones, y sobre todo los glomérulos renales donde se realiza la principal función del filtrado renal.

Tanto en el desarrollo como en la progresión de la nefropatía diabética, factores como la hipertensión y el hábito tabáquico, influyen de forma notable en la progresión de la nefropatía diabética.

RECOMENDACIONES

La SED recomienda, especialmente en caso de padecer diabetes, controlar los niveles de glucosa en sangre desde el inicio de la diabetes. Además de la presión arterial, pues la hipertensión es factor de riesgo de nefropatía.

También supervisar los niveles de colesterol y triglicéridos, ya que niveles altos contribuyen a obstruir los vasos sanguíneos; evitar la obesidad y sobrepeso así como reducir el consumo excesivo de proteínas. Además de limitar la cantidad de

sal en la alimentación para controlar la presión arterial, dejar de fumar y realizar ejercicio con moderación.

Los riñones tienen, entre otras funciones, la eliminación de sustancias tóxicas del organismo, el mantenimiento de la presión arterial, la contribuyen al mantenimiento de la estructura ósea y a la correcta producción de glóbulos rojos.