



La Fundación Renal Íñigo Álvarez de Toledo celebrará por primera vez en Vigo el Día Mundial del Riñón, cuya finalidad es dar a conocer la enfermedad renal crónica y los factores

que la provocan. La hipertensión arterial y la diabetes están detrás de la mayor parte de los casos, según los especialistas, que abogan por la prevención y el diagnóstico precoz.

Los riñones también importan

La Fundación Renal celebra en Vigo y en Ourense el día mundial de este órgano para sensibilizar sobre las patologías que le aquejan

ÁGATHA DE SANTOS ■ Vigo

La enfermedad renal crónica (ERC) o insuficiencia renal supone un cambio radical en el estilo de vida del enfermo, que se ve obligado a someterse a un tratamiento de diálisis que supone la dependencia de una máquina para vivir. Ayudar a estos pacientes en el proceso de adaptación y en la toma de conciencia de la enfermedad es el objetivo del psicólogo gallego José Luis Santos-Ascarza, responsable del departamento de apoyo al paciente de la Federación Renal Íñigo Álvarez de Toledo (FRIAT) en Galicia, que el próximo día 10 sumará Vigo a las ciudades donde celebra el Día Mundial del Riñón, que este año tiene como lema "Protege tus riñones, cuida tu corazón".

Friat tiene en la comunidad gallega cuatro centros de diálisis —en Vigo, Ourense, Verín y O Barco de Valdeorras— y además presta apoyo psicosocial a 230 enfermos de ERC. Sólo el centro "Os Carballos" de Vigo realiza más de 18.000 sesiones al año, en tres turnos diarios, y atiende a 124 pacientes al mes.

"Pero la fundación entiende que el tratamiento de estos enfermos no se limita sólo al clínico, sino que hay que buscarles una ayuda en función de cada caso y acercarles los recursos de las distintas administraciones a los que pueden acceder", explica Santos-Ascarza.

Tan importante como el tratamiento médico es la educación sanitaria del enfermo y en este último aspecto enfoca su trabajo el departamento de apoyo al paciente. "Al ser una enfermedad crónica, que depende de diálisis



José Luis Santos-Ascarza. // Fdv

o de un trasplante, es fundamental que el paciente adquiera unos hábitos adecuados de cuidado para evitar que en los momentos de cansancio y dejadez descuide el tratamiento, y en esto juega un papel muy importante el apoyo de la familia", explica. Por ello, los programas de Friat también están destinados a los familiares de estos enfermos, con reuniones de grupo donde se comparten experiencias e impresiones, jornadas y otras actividades.

Según Friat, cerca de un 13 por

ciento de los españoles mayores de 20 años sufre algún tipo de enfermedad renal y el 4 por ciento ha desarrollado una insuficiencia renal. La hipertensión y la diabetes son las causas más prevalentes de esta patología, cuya incidencia está aumentando debido al mayor envejecimiento de la población y la obesidad. La prevención y el diagnóstico precoz son las mejores armas contra la insuficiencia renal, según Luis González Rodríguez, jefe de Nefrología del Hospital Xeral de Vigo.

"Con el tiempo, las células funcionales se van eliminando; esto lo sabemos, pero también hay otros factores, como la hipertensión, la diabetes, fumar y la obesidad abdominal, que no sólo afecta al cerebro y al corazón, sino también a los riñones", expone el especialista.

Por ello, recomienda controlar la tensión arterial y la glucosa, especialmente en personas mayores de 60 años o que tengan diabetes. "Es muy importante que la gente se sensibilice con esta enfermedad y con la importancia de seguir unas pautas para evitar que ésta avance", añade. Personal sanitario de Friat realizará mediciones de la tensión arterial y la glucosa, así como de la creatinina en sangre —la manera más simple de detectar la correcta función de los riñones— a quienes el próximo jueves se pasen por las carpas de la calle Príncipe en Vigo y la calle del Paseo de Ourense, de 10.00 a 14.00 y de 16.30 a 19.00 horas.

La hipertensión arterial y la diabetes son dos de los factores de esta enfermedad