



Apuntan un aumento de la afección renal en jóvenes por malos hábitos



Una hipertensión arterial mal controlada, la diabetes, la toma no apropiada o el abuso de ciertos fármacos, como antiinflamatorios, podrían ser las causas

MARTA ESCAVIAS

marta.escavias@correofarmaceutico.com

La enfermedad renal crónica (ERC) es un problema creciente de salud pública. Así, la población en diálisis se ha duplicado en la última década principalmente en relación con una mayor prevalencia de diabetes y enfermedad cardiovascular. En España se estima que hasta un 10 por ciento de los mayores de 18 años puede presentar ERC. Así lo indica a CF Jesús Calviño, nefrólogo del Hospital de Lugo y ponente en el V Encuentro de Jóvenes con Enfermedad Renal, auspiciado por la Fundación Alcer y diversos laboratorios, celebrado en La Coruña la semana pasada.

Y es que los malos hábitos también están pasando factura a la salud de los riñones. "Son muchas las causas que pueden derivar en una pérdida de función renal", apunta el experto. Algunas de ellas son tan comunes como la hipertensión arterial mal controlada, la diabetes, la toma no apropiada o el abuso de ciertos fármacos (como los antiinflamatorios), etc.

SALUD CARDIORRENAL

La enfermedad renal se asocia frecuentemente al daño cardiovascular de otros órganos el corazón, cerebro y vasos sanguíneos. Es lo que se conoce como el síndrome cardiorrenal o vínculo directo entre la sa-

lud del riñón y la del corazón (ver CF del 8-III-2011).

Por ello, matiza, la mejor prevención será controlar todos aquellos factores de riesgo modificables que afectan a la salud cardiovascular; es decir, "el tratamiento y control de la hipertensión, la hipercolesterolemia, la obesidad y la

diabetes es fundamental".

Asimismo, dejar de fumar, una dieta sin sal, ingesta proteica moderada, sin alcohol ni otras drogas y ejercicio tres veces por semana también ayuda a conservar la salud de los riñones. Es decir, "se trata de llevar una vida saludable, pero extremando aún más

los esfuerzos por lograrla".

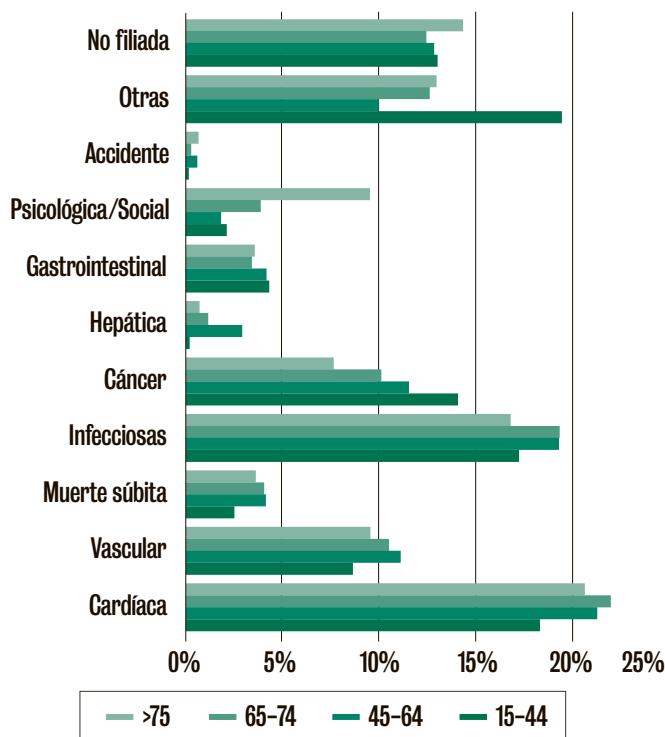
Otra recomendación que hay que tener en cuenta, recuerda, es que muchos medicamentos se eliminan por los riñones, por lo que "no se debe tomar ningún fármaco sin indicación médica".

Si se echa un vistazo a los últimos datos del estudio *Situación de la Enfermedad Renal Crónica en España*, de la Fundación Alcer y Abbott, se observa que las principales causas de fallecimiento en jóvenes afectados de 15 a 44 años son de tipo cardíaca, infecciosa, tumoral y vascular (ver gráfico). "La bajada de defensas que viven estos pacientes les hace más vulnerables a sufrir patologías inmunológicas, al igual que a incrementar su riesgo de tumores, que son la segunda causa de muerte en población general".

La gran preocupación de los pacientes tras el diagnóstico es si van a terminar recibiendo diálisis, pero Calviño apunta que sólo el 0,08 por ciento llega a recibir tratamiento renal sustitutivo (diálisis o trasplante). Además, es importante concienciarse de que "la diálisis no es el final del camino", sino que "es el tratamiento de la enfermedad cuando la función renal se ha perdido prácticamente en su totalidad y se está en espera de un trasplante". Antes de esto, el tratamiento será fundamental.

EL CORAZÓN, PRINCIPAL AFECTADO

Causas de fallecimiento en enfermos renales por edades. En %.



Fuente: Observatorio de la Salud Cardiorrenal.

Acumulación de sustancias.

La insuficiencia renal consiste en la pérdida total o parcial de la función renal, que provoca una acumulación de sustancias de desecho tóxicas que normalmente son expulsadas por el cuerpo: urea, creatinina y ácido úrico. Esta enfermedad afecta a la mayoría de funciones y sistemas corporales.