

para aprender!

Enfermedad renal crónica

SILENCIOSA, PERO MORTAL

Los riñones no sólo filtran las impurezas de la sangre, también mantienen el balance químico del cuerpo, controlan la presión de la sangre y regulan el contenido de sal y agua en el organismo.

Su buen funcionamiento es necesario para un mantenimiento de la salud, esto se puede observar en la investigación de Juan Carlos Alarcón Grajales, médico y cirujano del Instituto de Ciencias de la Salud CES, sobre la Enfermedad Renal Crónica.

Un hombre barrigón, que cuida poco su salud, empezó a sentirse mareado. No era capaz de mantenerse de pie, se cansaba subiendo diez escaleras, situación que no ocurría antes, y ya no sentía ganas de trabajar. Fue donde el médico y después de hacerse los exámenes de sangre y orina que éste le mandó, se dio cuenta que padecía la Enfermedad Renal Crónica (ERC).

Esta enfermedad consiste en que el riñón no es capaz de cumplir con su función, la cual es eliminar los desechos y el exceso de agua de la sangre a través



de la orina. Los glomérulos y túmulos, las partes del riñón encargadas de esta función, actúan como filtros: la sangre sucia entra, estos extraen los desechos (urea) y algunas sales, los mandan a la orina y la sangre limpia vuelve otra vez al torrente sanguíneo. Cuando estos dos filtros no funcionan adecuadamente, la sangre no es descontaminada y se quedan esas sustancias tóxicas en el cuerpo, lo que puede ocasionar la muerte.

Cualquier persona puede desarrollar la enfermedad renal. Sin embargo, algunas personas son más vulnerables que otras: los diabéticos (personas que no asimilan bien el azúcar; el exceso de ésta daña casi todas las membranas del organismo) y los hipertensos (son los que tienen la presión arterial alta; por ejemplo, si una tubería se le aumenta la presión del agua, ésta se revienta; la hipertensión daña los vasos sanguíneos o glomérulos). Estas dos enfermedades afectan el riñón en forma primaria (directa).

La Enfermedad Renal Crónica lleva a la presencia de la Insuficiencia Renal Crónica (IRC), pero hay que tener en cuenta que son diferentes. La primera se caracteriza por la aparición de enfermedad renal primaria (daña directamente el riñón) o secundaria (enfermedad en otra parte del cuerpo que termina afectando a este órgano, por ejemplo una infección en la piel). La persona afectada conoce sí está enferma median-

te una prueba que mide el funcionamiento del riñón, llamada Rata de Filtración Glomerular o RFG (es una muestra de orina o de sangre). Además, al tratar la ERC, se interviene la enfermedad específica que la ocasionó (si fue diabetes o hipertensión) y se pueden utilizar ciertas estrategias para retardar el progreso de este mal, como una adecuada dieta (reducir el dulce, la grasa y los carbohidratos) y una rutina de ejercicios.

Por otro lado, la Insuficiencia Renal Crónica consiste en la falla completa de las funciones renales. Como el riñón no expulsa naturalmente las sustancias tóxicas por la orina, el paciente debe ir a un centro médico para purificar su sangre por medio de diálisis, un aparato externo que limpia la sangre. Hay dos tipos de diálisis: hemodiálisis (hemo: sangre y diálisis: membrana que actúa como filtro) y peritoneal (membrana que cubre las viseras del abdomen y que limpia la sangre). Además, si la situación se complica, se puede requerir un trasplante renal.

Hay otros tipos de insuficiencia: la aguda y la terminal. La aguda aparece de un momento a otro, parando de manera repentina el funcionamiento del riñón. Ésta puede ser ocasionada por muchos factores, como por ejemplo, si la persona se desangra, la presión arterial se baja y puede dañar el riñón. También puede presentarse si se produce una obstrucción en el flujo de orina por un bloqueo en los tubos que la llevan desde los riñones hasta la vejiga, llamados úretres, en la uretra o en la vejiga. Y la terminal es cuando ambos riñones dejan de funcionar. Estas enfermedades son silenciosas. Cuando la persona siente los síntomas, esto significa que ya está muy avanzada la enfermedad. Una de las maneras para darse cuenta si sufre o

no la ERC o la IRC es si el afectado orina sangre, pero a veces ésta sólo se puede ver en la orina por medio de un microscopio.

Por esta razón, los chequeos preventivos, las pruebas y exámenes de sangre y orina, deben convertirse en una costumbre para evitar el daño del riñón. En este punto se puede hablar de una prevención primaria, que es cuando se toman medidas antes de tener la enfermedad: comer bien, hacer ejercicio, exámenes de sangre, evitar el alcohol y el cigarrillo. Y la secundaria es cuando se tiene la enfermedad, se trata con drogas y se busca mejorar los hábitos de la persona: controlar el azúcar, la presión, la dieta y el ejercicio.

En Colombia estamos acostumbrados a la prevención secundaria y no a la primaria. Al contrario, en Japón, por política nacional, todos los menores de 18 años se realizan el uroanálisis o examen de orina, para detectar tempranamente las enfermedades en el riñón.

Es así como el hombre barrigón ahora se cuida al comer grasas, dulces y carbohidratos (pan, arroz, papas, etc.) además, tiene una rutina de ejercicios para que su riñón no se siga deteriorando. De todas maneras, tres veces por semana le toca ir a un centro médico para purificar su sangre (diálisis) y dedicarle a esto seis horas para mantener su vida. ☺

Artículo Original: *Enfermedad Renal Crónica*
Autores: *Juan Carlos Alarcón Grajales*
Revista Universitas Científica – Volumen V.
Pág 21-23
Versión: *Juliana Castrillón Mazo – Estudiante de Investigación Periodística*