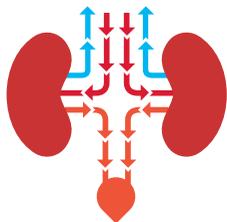


¿Qué son los riñones?

Los riñones son los filtros de su cuerpo. Filtran continuamente la sangre para absorber proteínas y convertir los desechos y el exceso de líquido en orina.

La **sangre** va a los riñones, donde los **desechos y líquidos** se filtran y envían a la vejiga. La **sangre filtrada** y las **proteínas** regresan al cuerpo.



¿Qué es la ERC?

Más de 35.5 millones de adultos en los EE. UU. tienen ERC y el 90% no lo sabe. La ERC ocurre cuando sus riñones están dañados y no pueden filtrar bien la sangre. La ERC empeora con el tiempo. Solo un pequeño número de casos de ERC conducen a insuficiencia renal. Sin embargo, la ERC también puede provocar enfermedades cardíacas y derrames. La detección y el tratamiento temprano de la ERC pueden prevenir estas complicaciones y detener o retardar el daño renal adicional.

¿Cuáles son los síntomas de la ERC?

La ERC temprana no tiene síntomas. Pero es posible que presente estos síntomas a medida que su ERC avanza:

- ▶ Cansancio o pérdida de energía.
- ▶ Problemas para concentrarse o dormir.
- ▶ Necesidad de orinar con más frecuencia.
- ▶ Sangre en la orina u orina espumosa.
- ▶ Pies y tobillos hinchados u ojos hinchados.
- ▶ Calambres musculares.
- ▶ Piel seca y con picazón.
- ▶ Pérdida del apetito.

Más información

Haga clic en los siguientes enlaces para obtener más información sobre las opciones de diagnóstico y manejo de su ERC:

- ▶ [Acerca de la ERC](#) y [Guía de la ERC](#).
- ▶ [Cómo controlar y vivir con ERC](#).
- ▶ [Obtenga apoyo de otros pacientes con ERC](#).
- ▶ [Conéctese con su comunidad ERC](#).

Comprender su diagnóstico de ERC puede ser abrumador. Estas preguntas pueden ser de gran ayuda para tener una mejor conversación con su médico:

- ▶ ¿Qué causó mi ERC?
- ▶ ¿Cómo puedo tener ERC si me siento bien?
- ▶ ¿Qué problemas de salud puede causar la ERC?
- ▶ ¿Mi ERC va a empeorar?
- ▶ ¿Qué puedo hacer para mantenerme lo más saludable posible?
- ▶ ¿Qué medicamentos debo tomar y por qué?
- ▶ Me siento abrumado por tener ERC, ¿qué debo hacer?
- ▶ ¿Cómo puedo hablar con otras personas que tienen ERC?

Información recopilada de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), la National Kidney Foundation (NKF), el Medical Education Institute (MEI) y el Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales (NIDDK).

Este documento es propiedad y tiene derechos de autor del Comité Nacional de Aseguramiento de la Calidad (NCQA). Fue producido por NCQA con el apoyo financiero de Bayer HealthCare Pharmaceuticals, Inc. NCQA no respalda ningún producto o servicio de Bayer. © 2023 NCQA. Todos los derechos reservados.

NCQA1211-0822



Ha sido diagnosticado con enfermedad renal crónica (ERC).
¿Qué pasará ahora?



¿Qué esperar cuando se le diagnostica ERC?

Desde comprender la ERC y su diagnóstico, hasta saber qué hará su proveedor y conocer qué pasos seguir.

Lo que su médico hará después



Hacer un plan de atención: Su médico lo ayudará a conocer cómo la ERC afecta su salud y qué medidas pueden detener un mayor daño renal.



Monitorear su ERC: Las mismas dos pruebas que se usan para detectar la ERC también se usan para hacer un seguimiento:



Prueba de orina conocida como “ACR”

- ▶ Relación albúmina-creatinina en orina
- ▶ Busca proteína en la orina para detectar daño renal

Prueba de sangre conocida como “eGFR”

- ▶ Tasa de filtración glomerular estimada
- ▶ Busca desechos en su sangre para verificar la etapa de la ERC

Ambas pruebas **se realizan juntas** para obtener una imagen completa de la salud de sus riñones, incluida la etapa de su ERC y cómo está avanzando.

Hable con su médico acerca de la frecuencia con la que debe hacerse pruebas para verificar la salud de sus riñones. Su médico comparará los resultados de su prueba a lo largo del tiempo para verificar si el daño renal ha empeorado y así poder ajustar su plan de atención.



Escanee el código para verlo en línea y usar los enlaces.

Lo que puede hacer después

La ERC puede empeorar con el tiempo y no afecta a todos al mismo ritmo. El [control activo de la ERC](#) puede ayudarlo a evitar otros problemas de salud, retrasar su avance y evitar la insuficiencia renal.



ERC temprana, etapas 1 a 3:

La atención se centra en comprender el diagnóstico, retrasar el avance y tratar las [complicaciones](#). Estos son los pasos que puede seguir con la ayuda de su médico:

Estos son los pasos que puede seguir con la ayuda de su médico:

- Comprender cómo la ERC afecta otras condiciones crónicas, como la diabetes, la hipertensión o las enfermedades cardíacas.
- Mantenerse activo, evitar fumar y dormir lo suficiente.
- Hablar con un dietista y comer alimentos buenos para los riñones.
- Mantener saludables los niveles de presión arterial, azúcar en la sangre y colesterol; la dieta y los medicamentos pueden ayudar.
- Hablar con su médico para evitar medicamentos recetados y de venta libre, como la aspirina y el ibuprofeno, que pueden dañar sus riñones.
- Encontrar y tratar las complicaciones de la ERC, como enfermedades cardíacas, anemia y desnutrición.

ERC tardía, etapas 4 a 5:

El enfoque de la atención cambia a planificación cuando se trata de insuficiencia renal, ya que requiere diálisis o un trasplante de riñón. La ERC que se trata con diálisis o un trasplante de riñón se conoce como enfermedad renal en etapa terminal (ERET).

Estos son los pasos que puede seguir con la ayuda de su médico:

- Planifique ver a un nefrólogo (médico de los riñones) para el cuidado de la ERC tardía y conozca los tratamientos para la insuficiencia renal:
 - ▶ Trasplante de riñón (cirugía para reemplazar un riñón dañado con un riñón sano).
 - ▶ Diálisis (reemplaza la función de filtrado de los riñones).
 - ▶ Tratamiento conservador (aborda los síntomas y las complicaciones).
- Comprenda sus opciones para la diálisis:
 - ▶ [Conozca los diferentes tipos de diálisis y dónde puede recibirla.](#)
 - ▶ [Consulte los recursos que necesita para seleccionar una opción.](#)
- Controlar la ERC y vivir con diálisis puede ser difícil y es posible que se sienta deprimido. Su médico puede ayudarlo a comprender sus emociones y conocer las opciones de tratamiento que pueden ayudarlo. Aquí hay más información para ayudarlo a prepararse para una conversación con su médico:
 - ▶ [Comprenda cómo la ERC se conecta con sus emociones.](#)
 - ▶ [Encuentre formas de cuidar su salud mental.](#)