



Este 12 de Marzo, el planeta se une en la conmemoración del Día Mundial del Riñón para generar concientización sobre la Enfermedad Renal Crónica.



## 1 de cada 10 colombianos sufre de Enfermedad Renal Crónica.

- *Aproximadamente 1 de cada 10 personas tiene algún grado de Enfermedad Renal Crónica (ERC). El riesgo de ERC se incrementa después de los 50 años y es más común después de los 70 años.*
- *Diabetes, hipertensión o antecedentes familiares de mala función de los riñones, elevan el riesgo de padecer Enfermedad Renal Crónica.*
- *Los pacientes con Enfermedad Renal Crónica que son tratados con calidad y continuidad, alcanzan altos niveles en su calidad de vida.*
- *Tomar agua es una de las reglas de oro para cuidar los riñones. Por eso, este 12 de marzo la invitación es a tomar un vaso de agua y ofrecer otro a alguien más, tomarse una foto y compartirla con la frase “Hoy, celebro el #DíaMundialDelRiñón y tomo y ofrezco un #VasoDeAgua”.*

Según los estudios de prevalencia, **aproximadamente 4 millones de colombianos padecen de Enfermedad Renal Crónica en algún grado**, sin que muchos de ellos estén conscientes de ello ya que este mal está catalogado como un enemigo silencioso por no presentar síntomas marcados que alerten que algo está fallando con los riñones.

La Enfermedad Renal Crónica se refiere a una pérdida de la función de los riñones, hasta el punto de necesitar reemplazo de la función renal con diálisis o trasplante. En el país **más de 28 mil personas aproximadamente se encuentran en un estado avanzado**, y requieren terapia de diálisis.

Este problema afecta por igual a hombres y mujeres y puede aparecer en cualquier etapa de la vida; sin embargo, es más común en la tercera edad.

“Uno de los mayores problemas de **la enfermedad renal crónica es que es silenciosa**: frecuentemente las patologías renales son, en sus etapas iniciales, asintomáticas y sólo se manifiestan claramente en estados más avanzados de enfermedad. En ese estadio las molestias más frecuentes son edemas, fatiga, palidez, náuseas, vómito, diarrea, hipo, tos con sangre y convulsiones” afirma el nefrólogo Mauricio Sanabria, Gerente de Asuntos Científicos de RTS Latinoamérica.

**Las consecuencias de no detectar oportunamente la enfermedad renal crónica pueden ser graves. La primera es el riesgo de desarrollar pérdida progresiva de la**



**función renal que conlleve a falla renal y la necesidad de diálisis o trasplante.** La segunda, es la muerte prematura debido a enfermedad cardiovascular asociada.

De los cerca de 28 mil pacientes que requieren terapia de reemplazo renal, **tan solo el 28 por ciento tiene la oportunidad de acceder a terapia en casa**, con los beneficios que esta trae en calidad de vida para el paciente y su familia y menores costos para la sociedad.

Los principales obstáculos en la lucha contra la Enfermedad Renal Crónica son el bajo nivel de información en la ciudadanía y la falta de continuidad en los tratamientos. Por eso, se promueven iniciativas como el Día Mundial del Riñón, que en todo el planeta incentivan la concientización sobre la importancia de mantener hábitos de vida saludable y que se concientice que la enfermedad renal es frecuente, potencialmente grave, pero a la vez prevenible y tratable.

Las personas que aparentan estar sanas cuando se les diagnostica ERC, tienen al menos un riesgo 10 veces mayor de morir prematuramente de enfermedades cardiovasculares (enfermedad coronaria, enfermedad cardiovascular, enfermedad arterial periférica y falla cardíaca) independientemente de cuando desarrollen la falla renal.

### **Colombia frente a la Enfermedad Renal Crónica.**

**La Enfermedad Renal se puede catalogar como una epidemia que no discrimina.** En los últimos años han ido creciendo las estadísticas de personas con esta patología en todo el país. En Colombia, en su estadio más grave que se conoce como Enfermedad Renal Crónica Terminal, hay alrededor de 23.000 personas.

**La situación más crítica de esta patología se encuentra en el Valle del Cauca**, que ocupa el primer lugar con más pacientes. Le siguen en su orden Quindío, Bogotá, Antioquia, Risaralda y Tolima.

Sin embargo, en las ciudades capitales la situación es aún más alarmante ya que los estilos de vida acelerados, los malos hábitos saludables y el sedentarismo afectan significativamente. Mientras en el Valle del Cauca, por cada 100 mil habitantes, 92 tienen ERC; en Cali la cifra se eleva a 105.

En Antioquia se vive una situación similar. Por cada 100 mil habitantes, 74 tienen ERC, mientras que en Medellín la estadística llega a 101. En Quindío por cada 100 mil personas, 91 padecen ERS; y en Armenia, su capital, la cifra se eleva a 104.

**Pero Popayán se convierte en la ciudad capital con mayor número de personas con Enfermedad Renal Crónica de toda Colombia** con 112 personas por cada 100 mil habitantes. En el departamento del Cauca la cifra alcanza 56 pacientes por cada 100 mil personas.



### **Se deben mantener controladas la diabetes y la hipertensión.**

La **hipertensión y la diabetes** son las dos principales enfermedades que conducen a la Enfermedad Renal Crónica. Por el elevado número de personas que la padecen y por lo costoso de su tratamiento, se considera como un problema de salud pública. **En Colombia aproximadamente 500 mil personas sufren de diabetes y un millón 500 mil, de hipertensión arterial.**

Pese a los esfuerzos en prevención y detección precoz, muchos pacientes son diagnosticados cuando sus riñones ya no funcionan. Hoy en día, se avanza en Colombia hacia el manejo de la enfermedad renal crónica desde una perspectiva integral y coordinada que permita un mejor control de las múltiples y graves complicaciones de esta enfermedad, además de contención de costos y mejor calidad de vida para los pacientes.

**Los desafíos actuales de la Enfermedad Renal Crónica se centran en la integralidad en la atención, mejorar el acceso de la población** al tratamiento a través de estrategias que permitan llegar a los pacientes de zonas alejadas, ya sea con brigadas o aprovechando la tecnología por medio de la telemedicina. También, disminuyendo las barreras administrativas que existen en el Sistema de Salud y concientizando a la población para que se controlen los factores de riesgo y se adopten estilos de vida saludables.

### **Riñones: Órganos increíbles.**

Los riñones son órganos increíbles y complicados que realizan muchas tareas esenciales para mantener el cuerpo sano. El principal trabajo es remover las toxinas y el exceso de agua de la sangre. También ayudan a controlar la presión arterial, a producir glóbulos rojos y a mantener los huesos sanos. Cada uno tiene el tamaño del puño de la persona, los riñones están ubicados debajo del abdomen, por debajo de la caja torácica.

Los riñones controlan los niveles de torrente sanguíneo de muchos minerales y moléculas incluyendo sodio y potasio, y ayudan a controlar la acidez de la sangre. Cada día controlan cuidadosamente la sal y el agua en el cuerpo para mantener la tensión arterial en niveles regulares.

Los riñones:

- Fabrican orina
- Remueven los desechos y fluido extra de su sangre
- Controlan el balance químico de su cuerpo
- Ayudan a controlar su presión sanguínea
- Ayudan a mantener sus huesos sanos
- Ayudan a producir glóbulos rojos.

### **Las 8 Reglas Doradas para mantener riñones saludables:**

- Manténgase en forma y activo
- Mantenga un control regular de su nivel de azúcar en la sangre



- Monitoree su presión sanguínea
- Coma saludable y mantenga su peso en control
- Mantenga una sana ingesta de líquidos
- No fume
- No se auto-medique
- Chequee su función renal si tiene uno o más de los “altos factores de riesgo”.
  - Tiene diabetes
  - Tiene hipertensión
  - Está obeso/a
  - Uno de sus padres u otros miembros de la familia sufre de enfermedad renal
  - Usted es de origen africano, asiático o aborigen

Ya que “mantener una buena ingesta de líquidos”, es una de las 8 reglas doradas de la prevención, el Día Mundial del Riñón lanzó en el 2014 la idea activa de “Beba un vaso de agua para sus riñones”. Esto es un gesto simbólico para recordar que los riñones son órganos vitales y que deben ser cuidados. Este año, el 12 de Marzo del 2015, las personas están invitadas a “beber un vaso de agua y ofrecer uno, también”.

¿Cómo participar? Beba un vaso de agua, tome una foto y compártala con la comunidad del Día Mundial del Riñón con el mensaje: Hoy, celebro el #DíaMundialDelRiñón y tomo y ofrezco un #VasoDeAgua.

### **Sobre Baxter RTS.**

RTS - filial de Baxter International Inc - cuenta con una amplia red de IPS en Colombia para el tratamiento de la Enfermedad Renal Crónica (ERC), con acceso a ciudades principales y en zonas remotas de todo el territorio nacional, contribuyendo al bienestar y calidad de vida de sus pacientes. RTS está comprometida con la concientización general sobre la ERC, y apoya al Día Mundial del Riñón 2015.

Para más información y contactos:

**Jorge Valencia**

3112784362

[jorge\\_m\\_valencia@baxter.com](mailto:jorge_m_valencia@baxter.com)