

¿Qué es el Día Mundial del Riñón?

Se trata de una iniciativa mundial de Sociedades Científicas relacionadas con el estudio y tratamiento de las enfermedades renales, cuyo objeto es destacar la importancia de nuestros riñones en la salud y la enfermedad.

¿Cuáles son los objetivos que se persiguen con este evento?

- Ser conscientes de las funciones de nuestros riñones
- Resaltar que la diabetes y la hipertensión arterial son factores de riesgo para la enfermedad renal crónica
- Fomentar la detección precoz de la enfermedad renal crónica en los pacientes con diabetes y/o hipertensión arterial.
- Incentivar medidas preventivas para el desarrollo de la enfermedad renal.
- Actualizar a los profesionales sanitarios sobre su papel en la detección y la reducción del riesgo de enfermedad renal crónica, particularmente en poblaciones de alto riesgo.



¿Dónde puedo encontrar más información?

Puede contactar con ALCER (Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades del Riñón) para más información:

ALCER Córdoba
Plaza Santuario de la Fuensanta nº 2
14010 CÓRDOBA.
Tel 957434385
Tel 615144059

<http://www.alcercordoba.org/>
alcer@alcercordoba.org



**10 Marzo
2016**

**DÍA MUNDIAL DEL RIÑÓN
“DECÁLOGO PARA LA PREVENCIÓN Y DIAGNÓSTICO PRECOZ DEL DAÑO RENAL”**

1. El 50% de las **enfermedades renales en la infancia** que cursan con insuficiencia renal consisten en malformaciones del riñón y de las vías urinarias, suelen estar presentes en el momento del nacimiento y pueden ser diagnosticadas prenatalmente.
2. La **infección urinaria** en la infancia precoz puede ser el primer signo de alarma de una enfermedad renal subyacente y con frecuencia cursa de forma silente.
3. El uso juicioso de **fármacos potencialmente nefrotóxicos** y contrastes radiológicos previene el daño renal agudo, especialmente en situaciones de mayor vulnerabilidad como en la prematuridad, niños con menor masa renal funcionante enfermedad renal crónica, cardiopatías, enfermedades hepáticas y deshidrataciones.
4. Nuestro país, junto a los escandinavos, tiene la tasa más alta de **trasplante renal infantil** y la mayor parte de la

población que necesita terapia de reemplazo renal lo hace con trasplante renal, siendo la diálisis en general un tratamiento minoritario en comparación con otros países de nuestro entorno. Un trasplante preventivo de donante vivo o de cadáver previene el paso por diálisis y las complicaciones asociadas a la técnica.

5. La **atención especializada** a los niños con enfermedad renal debe estar garantizada en el sistema sanitario español independientemente de la Comunidad Autónoma de origen.
6. Los hábitos **dietéticos, el estilo de vida, el sobrepeso y la obesidad** con frecuencia tienen su origen en la infancia y pueden incidir en el desarrollo de enfermedad renal crónica en la vida adulta.
7. El abuso de bebidas edulcoradas puede ser fuente de sobrepeso. La mejor bebida hidratante es el **agua** y como tal no debe ser sustituida por bebidas con contenido energético.

8. La **toma de presión arterial** debe estar presente en los exámenes de salud de niños y adolescentes, en especial de hijos de padres hipertensos.
9. Una **DIETA SALUDABLE** con bajo contenido en sodio y normoprotéica se correlaciona con menor incidencia de hipertensión arterial.
10. En la actualidad se reconoce que algunos **contaminantes ambientales** tienen un papel importante en la génesis de la enfermedad renal crónica, por lo que debemos exigir que el desarrollo industrial y tecnológico sea compatible con la mejora de la calidad y cantidad de vida y respetuoso con el medio ambiente, sin olvidar que en el principal contaminante ambiental doméstico para los niños es el humo del tabaco.