



NOTA DE PRENSA

14 de marzo, Día Mundial del Riñón

LA ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA (ERC) CRECE CASI UN 30% EN ESPAÑA EN LA ÚLTIMA DÉCADA Y SE CONVERTIRÁ EN LA SEGUNDA CAUSA DE MUERTE EN POCOS AÑOS SI CONTINÚA SU CRECIMIENTO ACTUAL

La mortalidad por Enfermedad Renal Crónica (ERC) ha crecido casi un 30% en la última década en España. De seguir su ritmo actual de crecimiento se convertirá en la segunda causa de muerte en nuestro país en pocos años.

A nivel global, se estima que unos 850 millones de personas en todo el mundo tienen enfermedad renal y que causa al menos 2,4 millones de muertes al año. Según los últimos estudios, más del 10% de la población adulta tiene enfermedad renal.

En España unos 7 millones de personas ya padecen Enfermedad Renal Crónica, de las que unas 60.000 están en Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS), es decir, requieren de hemodiálisis, diálisis peritoneal o trasplante para sustituir la función de sus riñones. La prevalencia de ERC en TRS pasó de 994 pacientes por millón de población (pmp), en 2008 a 1284pmp en 2017. Asimismo, la incidencia (nuevos casos) creció en los últimos diez años un 10% (de 128 pmp a 141 pmp), mientras que la mortalidad se situó en casi el 9% en el año 2017.

El envejecimiento de la población, pero también otros importantes factores de riesgo prevenibles o evitables como la diabetes, la enfermedad cardiovascular, la obesidad, la hipertensión arterial o el tabaquismo, son las principales causas de esta patología.

Entre sus problemas destaca que es una enfermedad que cuenta con un infradiagnóstico del 40%, y que el 25% de los afectados desconoce su situación en las fases iniciales, lo que complica su abordaje y tratamiento en los estadios avanzados.

Los nefrólogos defienden la necesidad de una mayor concienciación de la sociedad y las autoridades para frenar el avance de la Enfermedad Renal Crónica, desarrollando campañas de promoción de la salud renal y unos hábitos saludables que faciliten tanto el diagnóstico precoz como la prevención.

07 de marzo de 2019.- La mortalidad por Enfermedad Renal Crónica (ERC) ha crecido casi un 30% en la última década en España, donde unos 7 millones de personas padecen esta enfermedad. De seguir su ritmo actual de crecimiento se convertirá en la segunda



causa de muerte en nuestro país en pocos años. Concretamente, la mortalidad por ERC en España ha crecido un 28,8% entre 2006 y 2016, según el estudio Global Burden of Disease y un análisis recientemente publicado en la revista Nefrología (<http://www.revistanefrologia.com/es-pdf-S0211699518301590>), que la S.E.N. ha dado a conocer con motivo del Día Mundial del Riñón, que se celebra el próximo 14 de marzo bajo el lema “Salud renal para todos, en todo el mundo”. Este día centra la campaña informativa que numerosas sociedades y entidades científicas y sanitarias desarrollan a nivel internacional para poner de manifiesto la situación de las enfermedades renales y su crecimiento en los últimos años, entre ellas la S.E.N. y la Federación Nacional de Enfermos Renales ALCER, que coordinan estas actividades en España.

A nivel global, se estima que unos 850 millones de personas en todo el mundo tienen enfermedad renal y que causa al menos 2,4 millones de muertes al año, constituyendo una de las causas de mortalidad de más rápido crecimiento en la actualidad. Según los últimos estudios, más del 10% de la población adulta tiene enfermedad renal. Asimismo, la insuficiencia o lesión renal aguda, principal causante de la ERC, afecta a más de 13 millones de personas en todo el mundo y se estima que unos 1,7 millones de personas mueren anualmente debido a esta lesión.

En España, la mortalidad de la Enfermedad Renal Crónica se ha venido situando por encima del 8% en la última década, hasta alcanzar casi el 9% en el año 2017. Las principales causas de mortalidad de esta patología en nuestro país son las enfermedades cardiovasculares y las infecciones.

De los 7 millones de personas que padecen Enfermedad Renal Crónica, unas 60.000 están en Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS), es decir, requieren de tratamiento de hemodiálisis, diálisis peritoneal o trasplante para sustituir la función de sus riñones. Los segmentos de población con mayor prevalencia de ERC en TRS son el de la población entre 65 y 74 años, con una prevalencia por encima de los 3300 pmp; el de la población de más de 75 años, con una prevalencia de 2915 pmp; y el de la población entre 45 y 64 años, por encima de 1780 pmp.

La prevalencia de la ERC en TRS ha crecido casi un 30% en la última década en España. Concretamente, la prevalencia de esta enfermedad pasó de 994 pacientes por millón de población (pmp), en 2008 a 1284 en 2017 (un 29,1% más) según el último Registro actualizado de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) y la Organización Nacional de Trasplantes (ONT).

La Enfermedad Renal Crónica en TRS es una enfermedad con un impacto mayor en hombres que en mujeres, y que además viene experimentando un notable aumento de la incidencia (nuevos casos) en la última década, hasta situarse en 141 pmp en el año 2017 (un 10% más que en 2008, cuando era de 128 pmp). Este incremento de la incidencia de la ERC “está relacionado con causas como el envejecimiento de la



población, pero también con otros importantes factores de riesgo como son la diabetes -responsable de más del 24% de los nuevos casos de ERC-, las enfermedades cardiovasculares, la obesidad, la hipertensión arterial o el tabaquismo”, señala la presidenta de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), María Dolores del Pino, quien añade que “la Enfermedad Renal Crónica sigue siendo una gran desconocida para la sociedad en general, a pesar de que es una de las patologías que mayor impacto tiene en la calidad de vida de las personas afectadas, de sus familiares y en el propio sistema sanitario”.

De hecho, es una enfermedad que cuenta con un infradiagnóstico del 40% y que en muchos casos se detecta en sus fases más avanzadas. Además, el 25% de los afectados desconoce su situación en las fases iniciales, lo que complica aún más su abordaje y tratamiento en los estadios más avanzados. De ahí que los nefrólogos le hayan denominado como la *epidemia silenciosa del siglo XXI* y que, junto a los pacientes renales, aprovechen el Día Mundial del Riñón para hacer un llamamiento a la sociedad sobre la importancia de la prevención y el diagnóstico precoz de esta patología.

“Son datos que llaman a la preocupación y a la responsabilidad de todos para avanzar en la concienciación de la sociedad y en la lucha por frenar el avance de la Enfermedad Renal Crónica. Sobre todo, porque sus principales factores de riesgo son la diabetes, la enfermedad cardiovascular, la hipertensión, el sedentarismo y la obesidad, el colesterol o el tabaquismo, modificables en su mayor parte con la adopción de hábitos de vida saludables”, afirma María Dolores del Pino.

En esta línea, la presidenta de la S.E.N. ha hecho hincapié en la necesidad de un mayor esfuerzo por intensificar las estrategias de prevención y detección precoz de esta patología, potenciándolo en los servicios de Atención Primaria y en otros ámbitos, lo que permitiría detectarla antes, en sus primeras fases, reduciendo el daño renal y aumentando así las posibilidades de tratamiento y supervivencia.

Por su parte, el presidente de ALCER, Daniel Gallego está convencido, que “se necesita redefinir e intensificar los actuales planes de prevención, con campañas efectivas de visibilización y sensibilización orientados hacia la población general, para que la sociedad pueda ser consciente de la gravedad de la situación, evitando llegar a necesitar tratamientos renales sustitutivos. Para ello, se requiere un abordaje amplio e interdisciplinar de todos los agentes implicados, que ponga de relieve la voluntad de las instituciones sanitarias, de atajar este serio problema multifactorial de salud universal, que supone actualmente la enfermedad renal”.

Código Riñón y recomendaciones de salud renal

Para desarrollar la estrategia de promoción de la salud renal, la S.E.N. cuenta con el programa Código Riñón, iniciativa impulsada el pasado año y que fue aprobada por el Pleno de Senado con el apoyo de todos los grupos políticos. Este programa incluye



acciones como campañas de educación sobre salud renal dirigidas a escolares y familias; acciones interdisciplinares con profesionales de la Atención Primaria; y jornadas de sensibilización con representantes políticos. En concreto, la S.E.N. va a comenzar a trasladar esta iniciativa a los parlamentos de las diferentes comunidades autónomas para que también la apoyen y la respalden con medidas para su financiación y desarrollo.

El objetivo es sensibilizar a la sociedad de la importancia de seguir unos hábitos de vida saludables que redunden en el beneficio y cuidado de los riñones, y que constituyen la mejor prevención frente a la Enfermedad Renal Crónica. Entre estos consejos destacan llevar una dieta equilibrada, hacer ejercicio físico de forma regular, evitar el sobrepeso u obesidad, dejar el tabaco y el alcohol, y beber más agua, de forma regular (no sólo cuando se sienta sed). Además, los nefrólogos recomiendan controlar la presión arterial, vigilar la sal en la dieta, tomar sólo los medicamentos prescritos por el médico y evitar el abuso de antiinflamatorios por su toxicidad para el riñón, y acudir a tus revisiones médicas si eres hipertenso, tienes diabetes o tienes familiares con enfermedad renal. Igualmente se aconseja realizar análisis de sangre y orina, al menos uno al año, ya que el mal funcionamiento de los riñones sólo se percibe con síntomas cuando es muy avanzado.

En cuanto a las recomendaciones generales sobre la dieta para cuidar la salud renal, hay que subrayar el consumo de alimentos frescos frente a procesados; comer más verduras, legumbres y frutas frente a proteínas de origen animal, y primar el pescado y las carnes blancas frente a las rojas. Asimismo, mantener un nivel adecuado de hidratación y priorizar el agua frente a zumos y refrescos industriales.

Para más información:

Gabinete de comunicación de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.)

Jesús Herrera / Manuela Hernández (95 462 27 27 / 625 87 27 80 / 651 86 72 78)