

## NOTA DE PRENSA

### Mañana 12 de marzo se celebra el Día Mundial del Riñón

## **MÁS DE 58.000 CÁNTABROS TIENEN ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA Y MÁS DE 600 NECESITAN DIÁLISIS O TRASPLANTE PARA SUSTITUIR SU FUNCIÓN RENAL**

Cantabria es una de las comunidades españolas que ha tenido un mayor aumento de la incidencia (nuevos casos de pacientes) de la Enfermedad Renal en el último año, con 151 personas por millón de población, por encima de la media nacional.

Por su parte, la prevalencia (número total de casos) se situó por debajo de la media nacional, con 1.139 pmp, aunque con un crecimiento del 5,5% más que en 2017.

El número de personas con Enfermedad Renal Crónica que pasó a necesitar Tratamiento Renal Sustitutivo en Cantabria en 2018 creció en casi 100 pacientes.

En España más de 7 millones de personas ya padecen Enfermedad Renal Crónica, de las que unas 61.000 están en Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS).

El aumento de la Enfermedad Renal se relaciona con el envejecimiento de la población y otros factores de riesgo como la diabetes, la enfermedad cardiovascular, la hipertensión, el tabaquismo o los estilos de vida poco saludables, como la obesidad, el sedentarismo, o la mala alimentación con productos procesados.

De ahí que las entidades organizadoras del Día Mundial del Riñón hayan decidido poner en marcha una campaña para moderar el consumo de alimentos procesados, cuyos aditivos, conservantes y saborizantes tienen un contenido elevado en fosfato, lo que representa un riesgo para la salud renal en mayores de 50 años, fumadores y pacientes con diabetes, hipertensión u obesidad o con antecedentes familiares.

Piden a los ministerios de Sanidad y Consumo su apoyo para que se especifique en el etiquetado la cantidad de fósforo que lleva un alimento procesado y para sensibilizar a la población sobre la incidencia directa de la alimentación en la salud renal.

**11 de marzo de 2020.-** La Enfermedad Renal Crónica (ERC) continúa creciendo en nuestro país, donde más de 6.800 personas iniciaron Tratamiento Renal Sustitutivo (diálisis o trasplante) para sustituir la función de sus riñones en el último año (2018). En



Organizadores

Con la colaboración de





12 de marzo 2020

## España, lista para frenar la enfermedad renal

Prevención y  
detección precoz  
para cualquier persona  
en cualquier lugar

total, en la actualidad unas 61.000 personas necesitan Tratamiento Renal Sustitutivo en nuestro país en la actualidad, si bien la prevalencia de esta patología sigue aumentando hasta situarse por primera vez por encima de las 1.300 personas por millón de población (pmp), en concreto 1.304 pmp, según los últimos datos del Registro Español de Enfermos Renales. De hecho, la ERC ha crecido casi un 30% en nuestro país en la última década, donde ya hay algo más de 7 millones personas que la padecen. De seguir su ritmo actual de crecimiento se convertirá en la segunda causa de muerte en pocos años.

Más concretamente, la prevalencia de la Enfermedad Renal Crónica ha crecido un 31% en los últimos diez años en España, pasando de 994 pacientes por millón de población (pmp), en 2008 a los 1.304 pmp en 2018. Además, en el último año se experimentó un aumento de la incidencia (nuevos casos), pasando de las 141 personas por millón de población a las 147,3, un 4% más.

Este registro señala que **Cantabria** se sitúa como una de las comunidades españolas donde el impacto de la Enfermedad Renal ha crecido más en el último año, con una tasa de incidencia (nuevos casos de pacientes) de 151 pmp, frente a los 147 pmp de la media nacional. De hecho, la incidencia de la ERC en Cantabria creció un 20% con respecto a 2017. Por su parte, la prevalencia (número total de casos) en Cantabria se situó muy por debajo de la media nacional, con 1.139 pmp frente a los 1.304 pmp de la media en España, siendo la comunidad con menor prevalencia tras Melilla y Ceuta aunque con un crecimiento del 5,5% más que en el año anterior.

Con ello, el número de personas que han pasado a necesitar Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS) -es decir, diálisis o trasplante- creció en el último año **en Cantabria** en unos 90 pacientes. Se estima que ya son unos 58.200 cántabros los que tienen Enfermedad Renal Crónica, de los cuales más de 600 son pacientes que precisan Tratamiento Renal Sustitutivo.

El aumento de la incidencia de la Enfermedad Renal Crónica se relaciona con cuestiones como el aumento de la esperanza de vida y el envejecimiento de la población, pero principalmente con otros factores de riesgo como la diabetes y la enfermedad cardiovascular, la hipertensión arterial, el tabaquismo o cuestiones relacionadas con los estilos de vida poco saludables, como la obesidad, el sedentarismo, o la mala alimentación con productos procesados.

Se estima que, en 20 años, un tercio de la población tendrá 65 años o más (principal segmento de población con ERC), y con la actual tendencia, en estas dos décadas se habrá duplicado el número de personas de esta edad en Tratamiento Renal Sustitutivo. En cuanto a la mortalidad, la Enfermedad Real Crónica ha aumentado su peso como



Organizadores

Con la colaboración de



causa de muerte en España más de un 30% en la última década, y en 2016 fallecieron en 4.700 personas en TSR en nuestro país, es decir, casi 13 personas al día.

De ahí que la Sociedad Española de Nefrología, junto a la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha Contra las Enfermedades del Riñón (ALCER), y otras sociedades científicas y médicas como la Organización Nacional de Trasplante (ONT), la Sociedad Española de Enfermería Nefrológica (SEDEN), la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN), la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC) y la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG), quieren aprovechar la celebración del Día Mundial del Riñón, que se realiza mañana 12 de marzo, para hacer un llamamiento a la sociedad sobre la importancia de la promoción de la salud renal como la mejor medida de prevención para frenar el avance de una patología que ya se conoce como “la epidemia silenciosa” -al tener un infradiagnóstico del 40%, y un 25% de afectados que desconoce su situación en las fases iniciales de la ERC-, y cuyos principales factores de riesgo son modificables en su mayor parte con la adopción de hábitos de vida saludables.

### Limitar el consumo de alimentos procesados

En este sentido, los organizadores del Día Mundial del Riñón en España han puesto en marcha una campaña dirigida a moderar el consumo de alimentos procesados, perjudiciales para la salud renal por el alto contenido en fósforo de sus aditivos, conservantes y saborizantes, advirtiendo del riesgo que este consumo representa para las personas mayores de 50 años, fumadores y pacientes con diabetes, hipertensión u obesidad o con antecedentes familiares. De hecho, al día necesitamos 700 miligramos de fósforo y en una dieta occidental llegamos a consumir hasta tres gramos, es decir, entre dos y cuatro veces más. El objetivo es concienciar a la población general y a los grupos de riesgo en particular a limitar el consumo de alimentos procesados y a llevar una dieta saludable para los riñones.

La campaña se alinea con el lema del Día Mundial del Riñón, que en este año gira sobre la prevención y la detección precoz, bajo el eslogan “**España, lista para frenar la enfermedad renal. Prevención y detección precoz para cualquier persona en cualquier lugar**”, que incide en la necesidad de frenar el avance de la Enfermedad Renal Crónica (ERC). En el marco del gran objetivo de la prevención, especialistas y pacientes quieren hacer especial hincapié en el aspecto clave de la alimentación, aprovechando también la creación del nuevo Ministerio de Consumo que aglutina las competencias en este campo, lo que representa una oportunidad para poner el acento en el riesgo que para el deterioro de la función renal representa un consumo excesivo de alimentos procesados.



Organizadores



Con la colaboración de



Así, los sanitarios implicados en la lucha contra las enfermedades renales esperan que el nuevo Ministerio se alinee con ellos en la demanda de una modificación del actual etiquetado alimentario europeo, y colabore con el Ministerio de Sanidad para sensibilizar a la opinión pública sobre esta cuestión y en general sobre la importancia de la alimentación y los estilos de vida en la salud renal. Sin un cambio en los hábitos de alimentación, será difícil lograr avances significativos en materia de prevención.

“La percepción social es que llegamos a mayores con las funciones renales necesariamente disminuidas, como si el deterioro renal fuera exclusivamente fisiológico y no estuviera inducido por factores de riesgo como la dieta, el sedentarismo, el tabaco o el consumo de alcohol. Desde las organizaciones implicadas en la salud renal queremos cambiar radicalmente esta falsa creencia, llevando a toda la población, y particularmente a los mayores, la idea de que el deterioro renal puede evitarse y que la función renal puede preservarse en estado óptimo con buenos hábitos y particularmente con una alimentación saludable”, señala la presidenta de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), María Dolores del Pino.

### Consejos para una buena salud renal

En esta dirección, y con motivo de esta campaña y de la celebración del Día Mundial del Riñón, las sociedades y colectivos sanitarios han preparado una serie de materiales divulgativos, disponibles en la web [www.senefro.org](http://www.senefro.org), con información general sobre la salud renal y ocho reglas de oro para cuidarla, que son las siguientes:

1. Mantente en forma, estate activo
2. Sigue una dieta saludable
3. Comprueba y controla tu nivel de glucosa en sangre
4. Comprueba y controla tu presión arterial
5. Mantén una ingesta de líquidos adecuada
6. No fumes
7. No te automediques ni tomes anti inflamatorios ni analgésicos regularmente si no te los indica tu médico
8. Comprueba tu función renal si tienes uno o más factores de “alto riesgo”, por ejemplo, si tienes diabetes, hipertensión u obesidad

### 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)**



Organizadores

Con la colaboración de

