

## NOTA DE PRENSA

Hoy, día 12 de marzo, se celebra el Día Mundial del Riñón

### **PROFESIONALES Y PACIENTES LANZAN UN SOS ANTE EL EXCESIVO CONSUMO DE FOSFATO EN NUESTRA DIETA Y SU REPERCUSIÓN EN LA SALUD RENAL**

Las sociedades de Nefrología, Enfermería Nefrológica, Atención Primaria y la ONT ponen en marcha una campaña para moderar el consumo de alimentos procesados, cuyos aditivos, conservantes y saborizantes tienen un contenido elevado en fosfato.

Al día necesitamos 700 miligramos de fosfato y en una dieta occidental llegamos a consumir hasta tres gramos, es decir, entre dos y cuatro veces más.

Este consumo excesivo representa un riesgo importante para la salud renal, especialmente en mayores de 50, fumadores y pacientes con diabetes, hipertensión u obesidad o con antecedentes familiares.

Además, en la actualidad, los fabricantes no están obligados a especificar en el etiquetado la cantidad exacta de fósforo que lleva un alimento procesado, a pesar de su importancia para la salud renal.

La campaña se ha presentado esta semana a la Comisión de Sanidad del Congreso, que ha mostrado su apoyo para acabar con esa limitación del etiquetado (que es una competencia comunitaria) y para sensibilizar a la población sobre la incidencia directa de la alimentación en la salud renal.

Madrid, 12 de marzo de 2020. La Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha Contra las Enfermedades del Riñón (ALCER), la Organización Nacional de Trasplante (ONT), la Sociedad Española de Enfermería Nefrológica (SEDEN), la Sociedad Española de Médicos de Atención



Organizadores

Con la colaboración de



  
**Día Mundial del Riñón**  
**12 de marzo 2020**

**España,**  
**lista para frenar**  
**la enfermedad renal**

Prevención y  
detección precoz  
para cualquier persona  
en cualquier lugar

Primaria (SEMERGEN), la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC) y la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG) se han unido para lanzar con motivo del Día Mundial del Riñón, que se celebra hoy, una campaña dirigida a moderar el consumo de alimentos procesados, perjudiciales para la salud renal por el alto contenido en fosfato de sus aditivos, conservantes y saborizantes. La campaña, que se proyecta en las pantallas de la Plaza de Callao de Madrid y que se ha presentado esta semana a la Comisión de Sanidad del Congreso, advierte especialmente 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 enfermedad renal.

De hecho, al día necesitamos 700 miligramos de fosfato y en una dieta occidental llegamos a consumir hasta tres gramos, es decir, entre dos y cuatro veces más. Las entidades comprometidas con la salud renal en España han querido aprovechar el Día Mundial del Riñón lanzando en lugares de alto tránsito una campaña que invita 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 leit-motiv de la celebración del Día Mundial del Riñón, que en esta ocasión gira sobre la prevención y la detección precoz. **“España, lista para frenar la enfermedad renal. Prevención y detección precoz para cualquier persona en cualquier lugar”**, es concretamente el lema de este año, que incide en la necesidad de frenar el avance de la Enfermedad Renal Crónica (ERC), cuya prevalencia no ha dejado de crecer en la última década, alcanzando a entre el 10-15% de la población. En el marco del gran objetivo de la prevención, especialistas y pacientes han decidido hacer especial hincapié en el aspecto clave de la alimentación, aprovechando también la creación de una nueva cartera de Consumo con rango ministerial.

Las actividades del Día Mundial del Riñón en España están organizadas por la S.E.N. junto a otras sociedades científicas y asociaciones de pacientes como ONT, ALCER, SEDEN, SEMERGEN, SEMFYC, y SEMG, así como con la colaboración de la Fundación Astrazeneca, Baxter, Fundación Solidaridad Carrefour, Chiesi, Diaverum, Novartis, Otsuka y Vifor Pharma .

Estas organizaciones estiman que este nuevo contexto político puede ser una gran oportunidad para poner el acento en el riesgo que para el deterioro de la función renal representa un consumo excesivo de alimentos procesados. El problema de cualquier campaña de concienciación en esa dirección es que los consumidores no tienen forma



Organizadores

Con la colaboración de



de saber cuál es la cantidad de fósforo que lleva un alimento procesado. La información del etiquetado actual se limita a la presencia o no de aditivos. Los sanitarios implicados en la lucha contra las enfermedades renales esperan que el nuevo Ministerio de Consumo se alinee con ellos en la demanda de una modificación del actual etiquetado alimentario europeo, y colabore con 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.

### **Crecimiento sin control**

Y sin embargo este avance en prevención es hoy necesario y prioritario. A pesar de los grandes logros en tratamiento, la ERC no ha dejado de crecer en España, en parte por el envejecimiento de la población, pero en parte también por estilos de vida poco saludables que son evitables. En concreto, la ERC ha crecido casi un 30% en nuestro país en la última década y el número de personas en Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS) ha superado por primera vez las 1.300 personas por millón de población (pmp). De seguir su ritmo actual de crecimiento se convertirá en la segunda causa de muerte en nuestro país en pocos años.

Si preocupante es la prevalencia (actualmente hay en España 61.000 personas que se encuentran en diálisis o trasplante), no lo es menos el aumento de la incidencia (nuevos casos), que ha pasado en 2018 de las 141 a las 147,3 pmp, un 4% más. Esto supone que más de 6.880 personas con enfermedad renal habrían iniciado en 2018 TRS con diálisis o trasplante.

En cuanto a la mortalidad, la Enfermedad Real Crónica ha aumentado su peso como 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. Además, 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.

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 como la dieta, el sedentarismo, el tabaco o el consumo de alcohol. Las organizaciones implicadas en la salud renal quieren 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



Organizadores

Con la colaboración de





**España,**  
**lista para frenar**  
**la enfermedad renal**

Prevención y  
detección precoz  
para cualquier persona  
en cualquier lugar

la función renal puede preservarse en estado óptimo con buenos hábitos y particularmente con una alimentación saludable.

### Consejos para mantener en buen estado nuestros riñones

En esta dirección, y con motivo de esta campaña y de la celebración del Día Mundial del Riñón, han preparado una serie de materiales divulgativos, disponibles en [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

