



14 de noviembre, Día Mundial de la Diabetes

LA DIABETES, PRINCIPAL CAUSA DE INSUFICIENCIA RENAL Y DE NECESIDAD DE DIÁLISIS Y TRASPLANTE DE RIÑÓN EN ESPAÑA

Los nefrólogos inciden en la importancia de vigilar la diabetes en la evolución la Enfermedad Renal Crónica (ERC)

El 26% de los nuevos casos de pacientes con ERC que inician diálisis o trasplante España es debido a la diabetes, constituyéndose como la primera causa de Enfermedad Renal

El coste del tratamiento de los pacientes diabéticos con ERC puede llegar a suponer casi el doble (un 86% más) sobre los pacientes con diabetes que no presentan complicaciones renales o cardiovasculares

La prevalencia de la ERC se sitúa en nuestro país entre el 10%-15%, con un infradiagnóstico que supera el 40%, lo que ha llevado a los expertos a calificarla como la “epidemia silenciosa”, afectando ya a unos 7 millones de españoles.

En los últimos años, la prevalencia de la ERC ha crecido en sus fases más avanzadas, en especial aquellas que requieren Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS), es decir, diálisis o trasplante, hasta alcanzar en la actualidad a 64.666 personas en nuestro país

Los nefrólogos inciden en la importancia de llevar una vida activa y una alimentación saludable para prevenir la diabetes y evitar otros factores de riesgo asociados a las enfermedades renales

Madrid, 11 de noviembre de 2021.- La Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) quiere aprovechar la celebración del Día Mundial de la Diabetes, que tiene lugar el próximo 14 de noviembre, para advertir a la población española de la fuerte relación que esta patología tiene con las enfermedades renales. En concreto, la diabetes es la principal causa de insuficiencia renal y de necesidad de Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS), es decir, diálisis o trasplante, en España, y es un factor de riesgo clave que eleva notablemente la posibilidad de sufrir Enfermedad Renal Crónica (ERC). De hecho, la diabetes se ha convertido en la primera causa de Enfermedad Renal en la última década, y según el Registro Español de Enfermos Renales (REER) en el año 2020, el 26% de los nuevos casos de pacientes con ERC que iniciaron diálisis o trasplante España, es decir, más de 1.700 personas, fue debido a la diabetes.

La enfermedad renal diabética es aquella que sufren los pacientes con diabetes y que incluye entre sus complicaciones más relevantes la enfermedad renal. Destaca de manera especial



entre los pacientes de entre 65-74 años, donde la diabetes es la principal causa de ERC en un 35%, o entre los de 45-64 años, con un 32%.

Hasta un 30-40% de los pacientes con diabetes tipo 2 pueden desarrollar enfermedad renal diabética, que puede llegar a requerir TRS, lo que motivado que haya sido considerada por el Ministerio de Sanidad como una de las patologías crónicas de preferente atención por el Sistema Nacional de Salud, al igual que la ERC. De hecho, el coste del tratamiento de los pacientes diabéticos con ERC puede llegar a suponer casi el doble (un 86% más) sobre los pacientes con diabetes que no presentan complicaciones renales o cardiovasculares.

De ahí que los nefrólogos subrayen la importancia de controlar la diabetes para la prevención del desarrollo de daño renal y enlentecer la progresión de la ERC hacia los estadios más avanzados. Asimismo, insisten en otros aspectos como la necesidad de seguir apostando por un manejo y abordaje integral, multifactorial y multidisciplinar para mejorar el tratamiento de los pacientes con enfermedad renal diabética, con el fin de detectar precozmente la diabetes y la enfermedad renal, y concienciar sobre ello a la sociedad en general y a los profesionales en particular, para así reducir las complicaciones en este tipo de pacientes.

“El diagnóstico de ERC en la diabetes es sencillo y al alcance de todos, con una muestra de sangre para determinar la creatinina y estimar el filtrado glomerular, y con una muestra de orina para la determinación del cociente albúmina/creatinina podemos diagnosticar o descartar la existencia de enfermedad renal en un diabético”. Además, “diferentes estudios y ensayos clínicos desarrollados con nuevos fármacos en los últimos años han confirmado que la progresión de la enfermedad renal diabética puede enlentecerse, y que su tratamiento con estas terapias implica importantes ventajas no sólo para frenar la progresión de esta patología, sino también para mejorar los diagnósticos de los problemas renales y cardiovasculares en los pacientes renales con diabetes”, explica la presidenta de la S.E.N., la Dra. Patricia de Sequera.

“La diabetes asociada a la ERC es uno de los problemas de salud con mayor impacto en nuestra sociedad en la actualidad. Uno de cada cuatro pacientes que empiezan diálisis o trasplante en España lo hace como consecuencia de esta patología. Además, en los últimos 10 años la tasa de prevalencia de la diabetes como causante de la Enfermedad Renal Crónica ha crecido un 17%. De ahí la importancia de concienciar sobre un manejo intensivo, integral y multidisciplinar para la diabetes y la ERC, y, sobre todo, de fomentar iniciativas que contribuyan a su prevención a través de estrategias que promuevan un estilo de vida saludable”, añade la presidenta de la S.E.N.

Estudios como el EPIRCE y el ENRICA-Renal sitúan la prevalencia de la Enfermedad Renal Crónica en España entre el 10%-15%, con un infradiagnóstico que supera el 40%, lo que ha llevado a los expertos a calificarla como la “epidemia silenciosa”. En España unos 7 millones de personas ya tienen ERC. Su prevalencia en las fases más avanzadas de la enfermedad ha crecido en los últimos años, y concretamente aquellas que requieren TRS. El número de



personas que necesitan diálisis (hemodiálisis o diálisis peritoneal) o trasplante ya supera las 1.300 por millón de población en nuestro país, situándose en 64.666 personas.

A esta preocupación del aumento de la prevalencia (número total de pacientes) de la ERC se suma también el incremento de la incidencia (nuevos casos). Los datos sobre nuevos casos anuales que precisan TRS muestran que, en los últimos diez años, el número de nuevos pacientes que necesitan TRS ha aumentado un 17%, de 120 personas por millón de población en 2011 a 141,4 en 2020.

Vida saludable

Para revertir esta situación, y controlar la diabetes y en general los factores de riesgo asociados a las enfermedades renales, la S.E.N. demanda un mayor esfuerzo en campañas de sensibilización sobre la importancia de llevar hábitos de vida saludable para la salud del riñón. Una dieta equilibrada, actividad física, dejar el tabaco y un control de la diabetes y de la hipertensión arterial si están presentes, pueden enlentecer la progresión de la ERC hasta en un 50% y en algunos casos hasta revertir el daño.

Para prevenir y controlar la diabetes y otros factores de riesgo asociados a las enfermedades renales, la S.E.N. ofrece estas recomendaciones esenciales a la población:

Alimentación saludable. Comida sana y baja en grasa. Tomar alimentos frescos, con predominio de verduras y frutas, evitando los que elevan la glucosa. Evitar también el exceso de sal.

Control del azúcar. Es fundamental controlar las cantidades de azúcar que se consumen, y realizar análisis de los niveles de glucosa en sangre para conocer las cifras de glucemia. Si el paciente ya es diabético, el control de las cifras de glucemia es la mejor manera de prevenir no solo la aparición de enfermedad renal, sino también otras como la ocular o cardiaca.

Presión arterial y colesterol. Igualmente, es necesario controlar la presión arterial y los niveles de colesterol, para evitar las complicaciones de la diabetes.

Evite el sobrepeso y aumente la actividad física. Unos 45 min. de ejercicio al día le ayudará a estar mejor.

Nada de alcohol y tabaco. Evitar fumar y limitar al máximo el alcohol.

Realizar revisiones y consultas a tu médico. Se recomienda realizar pruebas de diagnóstico para la diabetes para prevenir, detectar y tratar con éxito cualquier tipo de complicación.

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)**