

## NOTA DE PRENSA

### 10 de marzo, Día Mundial del Riñón

## **LAS CIUDADES ESPAÑOLAS TIÑEN DE ROJO EDIFICIOS PÚBLICOS Y MONUMENTOS EN SOLIDARIDAD CON LAS PERSONAS AFECTADAS POR ENFERMEDAD RENAL**

Madrid acoge la “I Carrera Solidaria del Día Mundial del Riñón – Muévete por la salud renal”, que tendrá lugar el próximo 6 de marzo en el Parque Juan Carlos I, con el fin de subrayar la importancia del ejercicio físico en el cuidado de la salud renal, al tiempo que poner de manifiesto que, pese a su elevado impacto en la calidad, se puede “vivir bien” con Enfermedad Renal Crónica (ERC).

La prevalencia de la ERC ha crecido un 30% en la última década en España, y el número de españoles que necesitan Tratamiento Renal Sustitutivo (diálisis o trasplante) para reemplazar la función de sus riñones alcanza ya las 64.666 personas.

Más de 6.700 personas iniciaron diálisis o trasplante en 2020 (último año con datos registrados).

A este crecimiento de la llamada “epidemia silenciosa” se ha sumado el impacto de la pandemia Covid-19, con una fuerte repercusión en las personas con enfermedad renal, uno de los colectivos más vulnerables frente la COVID-19, y en el inicio de los tratamientos de los nuevos pacientes con ERC.

La Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), junto a pacientes y otras organizaciones, solicitan un mayor esfuerzo para potenciar la prevención y el diagnóstico precoz de la ERC a través de Plan de Salud Renal nacional, que recoja medidas y recursos que permitan avanzar en esta línea, y mejorar también el tratamiento y la calidad de vida de las personas con patologías renales.

**Madrid, 1 de marzo de 2022.-** Numerosas ciudades de toda España se teñirán de rojo iluminando sus principales edificios públicos y monumentos para sumarse a la celebración del “Día Mundial del Riñón”, una iniciativa que se celebra a nivel internacional y que este año tendrá lugar el próximo 10 de marzo, con el fin de alertar y sensibilizar a la población y a las autoridades y administraciones públicas del crecimiento continuado de la Enfermedad Renal Crónica (ERC) en los últimos años. Se trata de una patología que a pesar de su elevada

prevalencia e incidencia (las cifras no dejan de crecer) sigue siendo una gran desconocida para la gran mayoría de la opinión pública, y que requiere de un mayor esfuerzo de prevención y diagnóstico precoz para lograr frenar su crecimiento en España y el mundo.

De hecho, el Día Mundial del Riñón vuelve a celebrarse este año en un contexto de doble preocupación: por un lado, ante el crecimiento progresivo de la ERC, que continúa aumentando sin que se revierta la tendencia; por otro, ante el impacto negativo que la pandemia ha tenido no sólo en los pacientes renales, uno de los colectivos más vulnerables ante la COVID-19, sino también en el inicio de los tratamientos para sustituir la función de los riñones.

“A pesar de afectar a una parte cada vez más importante de la población (entre un 10-15% de la población adulta) y tener un gran impacto en la expectativa de supervivencia y calidad de vida de los pacientes, la ERC continúa siendo poco conocida para la mayoría de la sociedad. Es un grave problema de salud pública que sigue creciendo y que se conoce como la epidemia silenciosa porque su diagnóstico suele ser tardío, cuando la enfermedad ya se encuentra en fases avanzadas”, explica la presidenta de la Sociedad Española de Nefrología, S.E.N., la Dra. Patricia de Sequera.

Los datos sobre la evolución de la ERC en España reflejan la gravedad de esta situación, con una prevalencia que ha crecido un 30% en la última década, y con una tasa de personas en Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS) -es decir, diálisis o trasplante- en nuestro país que se sitúa en 1.363 personas por millón de población (pmp). Por su parte, la incidencia se sitúa en 141 pmp, lo que supone que más de 6.700 personas iniciaron diálisis o trasplante en 2020, año en el que se produjo un ligero descenso en el número de personas que iniciaron TRS debido a la pandemia. En total, más de 64.600 personas con ERC en nuestro país necesitan un tratamiento que reemplace la función de sus riñones.

Este crecimiento de ERC se relaciona con factores de riesgo como la diabetes y la enfermedad cardiovascular (responsables del 50% de los casos), la obesidad, la hipertensión arterial o el tabaquismo, muchos de los cuales podrían prevenirse con la adopción de unos hábitos de vida saludables, que permitirían frenar su avance. A ello hay que sumarle que es una enfermedad que presenta síntomas poco reconocibles en sus estadios iniciales, y que cuenta con una tasa de infradiagnóstico que supera el 40%. Además, la tasa de mortalidad ha crecido más de un 30% en la última década, y en 2020 fallecieron más de 5.800 personas en TRS en España, con un aumento también motivado por el virus del SARS-Cov-2. La vulnerabilidad de estos pacientes se ha demostrado muy alta debido a la imposibilidad del distanciamiento y confinamiento social en las primeras olas, y luego con la confirmación de que generan una menor respuesta inmunitaria a la vacunación, en especial, en el caso de los pacientes trasplantados renales

“En España somos excelentes en el tratamiento en las fases avanzadas de la ERC, como lo demuestra nuestro liderazgo mundial en trasplante renal o los altos índices de supervivencia de nuestros pacientes, pero es necesario un mayor esfuerzo en las etapas previas, es decir, en prevención y diagnóstico precoz. Y para ello es necesario un Plan de Salud Renal en España, que recoja todos los esfuerzos y recursos que se pueden destinar para avanzar en las medidas preventivas y de detección precoz, con la colaboración de la Atención Primaria y aunando otras estrategias que también son básicas para mejorar el tratamiento y la calidad de vida de las personas con ERC: por un lado, el fomento de diálisis domiciliaria -con importantes beneficios para los pacientes y para el sistema sanitario-, y por otro, un mayor impulso a la donación de vivo, para así reducir las listas de espera”, señala Patricia de Sequera.

Por su parte, Daniel Gallego, presidente de la Federación Nacional ALCER de pacientes renales, destaca que “la prevención y fomentar la salud renal, debe ser una de las prioridades de las políticas de salud. Tenemos que evitar que las personas desarrollen enfermedad renal y lleguen a tratamiento renal sustitutivo como la diálisis o el trasplante, pues tiene un alto impacto en la vida social, laboral, emocional y familiar. Por todo ello, es clave la educación para la salud renal en colegios, universidades y todo el sistema de salud, mejorando así la calidad asistencial y aumentando el conocimiento en la población general de la enfermedad renal, para mejorar la atención y los cuidados de las personas con esta enfermedad, sus cuidadores y familiares”.

### **I Carrera Solidaria Muévete por la salud renal**

Para sensibilizar a la población sobre el crecimiento de la ERC y promover la prevención y cuidado de la salud del riñón, la S.E.N., junto a ALCER, la Organización Nacional de Trasplantes (ONT), la Asociación Española de Nefrología Pediátrica (AENP) y la Asociación Española de Urología (AEU) han promovido una campaña de actividades que incluye este año, la petición para la iluminación en color rojo de los principales edificios públicos o monumentos más emblemáticos de las ciudades y capitales de provincia de España. Esta acción se realizará principalmente en la noche del 9 al 10 de marzo y entre las ciudades que ya han confirmado su participación se encuentran Madrid, Sevilla, Santander, Oviedo, Málaga, Valladolid, Vigo, Palma de Mallorca, Pamplona, Huelva, Jaén, Zamora, Murcia, Albacete, Castellón, Cuenca, Santa Cruz de Tenerife, Ferrol, Ceuta, y Melilla.

Asimismo, el próximo 6 de marzo se celebrará en el Parque Juan Carlos I de Madrid la “**I Carrera Solidaria del Día Mundial del Riñón – Muévete por la salud renal**”, con participación libre para todas las personas que lo deseen, y que también podrán realizar personas de otras ciudades o localidades en formato virtual, haciendo su propia carrera con registro incluido a través de app y apoyando la actividad. La carrera se realizará en dos categorías, con recorrido de 5 km. para mayores de 12 años con o sin discapacidad; y recorrido de 500 metros para menores nacidos entre 2010 y 2020. El recorrido de ambas

pruebas se realizará de forma íntegra por el Parque Juan Carlos I, y la salida tendrá lugar en la zona norte del anillo (junto a la Pradera de los Cipreses).

La carrera, que busca subrayar la importancia del ejercicio y la actividad física como medida fundamental de prevención para prevenir la ERC y tener una buena salud renal, tiene un carácter 100% solidario y la recaudación íntegra irá destinada al proyecto conjunto de actividades S.E.N.- ALCER., orientado a la mejora del paciente renal. Para más información y acceso a la inscripción, consultar la web: <https://www.diamundialdelriñon.com>

Por último, se celebrará una jornada institucional en el Congreso de los Diputados con las autoridades sanitarias y representantes de los partidos políticos con representación en el Congreso con el objetivo de promover un espacio de encuentro y debate para poner de manifiesto el crecimiento de la ERC en nuestro país, y la necesidad del desarrollo de planes y estrategias que contribuyan a frenar su avance, lograr un mejor abordaje y tratamiento, y mejorar la atención y calidad de vida de los pacientes renales.

### **Consejos para una buena salud renal**

Con motivo de la campaña del Día Mundial del Riñón, la S.E.N. y las entidades participantes también están difundiendo diferentes materiales informativos, disponibles en la web oficial del DMR, con información general sobre la salud renal y ocho reglas de oro para reducir el riesgo de tener Enfermedad Renal Crónica, 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

Toda la información sobre el Día Mundial del Riñón se puede consultar en la web: <https://www.diamundialdelriñon.com>

**Para información/gestión de entrevistas contactar con Gabinete de Comunicación de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.)**

**Jesús Herrera 625 87 27 80/ Manuela Hernández 651 86 72 78**