



NOTA DE PRENSA

Mañana 13 de marzo se celebra el Día Mundial del Riñón

LA ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA SIGUE CRECIENDO EN LA COMUNIDAD DE NAVARRA, DONDE UNAS 1.000 PERSONAS NECESITAN DE TRATAMIENTO DE DIÁLISIS O TRASPLANTE PARA PODER SEGUIR VIVIENDO

Con motivo del Día Mundial del Riñón, la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), junto a pacientes y otras sociedades científicas y entidades sanitarias, desarrollan una campaña de actividades de sensibilización con el fin de advertir del crecimiento de la Enfermedad Renal Crónica (ERC) en los últimos años y de la necesidad de un mayor esfuerzo en prevención y diagnóstico precoz para frenar su progresión.

En Navarra, la incidencia (nuevos casos) de pacientes con ERC en Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS) se sitúa en 148 personas por millón de población (pmp), una cifra ligeramente inferior a la media nacional (151 pmp); mientras que la prevalencia (número total de población afectada con ERC) alcanza los 1.445 pmp, superior a la media nacional (1.406 pmp).

La prevalencia del TRS, es decir, el número de personas que están en diálisis o trasplante, ha aumentado más de un 30% en la última década, y ya son más de 67.000 las personas que están TRS en nuestro país. Cada año ingresan en los programas de diálisis y trasplante una media de 7.000 personas, un 25% de ellos a causa de la diabetes.

La S.E.N. reclama un mayor empuje para darle visibilidad a esta enfermedad que, de seguir su ritmo de crecimiento actual, tendrá un tercio de las personas mayores de 65 años y se convertirá en la quinta causa de muerte en nuestro país en el año 2040.

El Día Mundial del Riñón se celebra este año bajo el lema “¿Están bien tus riñones? Descúbrelo a tiempo protege tu salud renal”, e incide en aspectos como la prevención, la detección precoz el aumento de la incidencia y prevalencia de la ERC o la necesidad de cuidar la salud renal y fomentar hábitos de vida saludable para reducir sus riesgos.

Entre las acciones de este año se incluyen una jornada institucional en el Ministerio de Sanidad, presidida por Mónica García, dos jornadas de valoración de la salud renal con los miembros del Senado y la Asamblea de la Comunidad de Madrid, y la 4ª Carrera Solidaria Muévete por la Salud Renal, esta última celebrada el pasado fin de semana.

12 de marzo de 2025.-La Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), junto a la Federación Nacional ALCER de personas con enfermedades renales y otras sociedades científicas y organizaciones sanitarias, quieren aprovechar el “Día Mundial del Riñón”, que se celebra mañana 13 de marzo, para

alertar de la preocupante evolución de la Enfermedad Renal Crónica (ERC), que se ha convertido en grave problema de salud pública y sigue creciendo en nuestro país, donde se estima que afecta ya al 15% de la población, en cualquier estadio de la enfermedad e incluyendo a las personas sin diagnosticar. Además, la prevalencia del Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS), es decir, el número de personas que están en diálisis o trasplante para sustituir la función de sus riñones, ha aumentado más de un 30% en la última década, y ya son más de 67.000 las personas que están TRS en nuestro país. Cada año ingresan en los programas de diálisis y trasplante una media de 7.000 personas, un 25% de ellos a causa de la diabetes.

En la región de Navarra, el número de nuevos casos de pacientes (incidencia) con ERC en TRS en el año 2023 se situó en 129 personas por millón de población (pmp), una cifra muy inferior a la media nacional (151 pmp), según los datos del Registro Español de Diálisis y Trasplante (REDYT). De hecho, estas cifras sitúan a Navarra como una de las comunidades españolas con menor tasa de incidencia, sólo por detrás de Castilla y León, Castilla La Mancha y País Vasco. Por su parte, la prevalencia (número total de casos) de pacientes con ERC en TRS en 2023 en **Navarra** alcanzó las 1.370 pmp, una cifra inferior a la media nacional (1.406 pmp) y también inferior a la prevalencia en la región en 2022. Con todo ello, unas 1.000 personas en Navarra precisan de TRS para reemplazar la función de sus riñones.

La ERC es una enfermedad muy desconocida por la población, pero que tiene un elevado impacto socio-sanitario y en la calidad de vida de los pacientes, debido en parte a que sus síntomas son poco reconocibles en los estadios iniciales de la enfermedad, lo que dificulta su diagnóstico precoz y tratamiento. Por ello es importante implantar programas de detección temprana en la población de riesgo, para detectarla antes de que llegue a sus fases más avanzadas. De ahí que los nefrólogos y los pacientes incidan en que se realicen más esfuerzos para avanzar en la prevención y diagnóstico precoz de la ERC, que es conocida como la “*epidemia silenciosa*” y que tiene una tasa de infradiagnóstico de más del 40%. Con ello se frenaría su crecimiento y se lograría prevenir muchos casos, además de detectarlos en estadios más precoces, facilitando así además su tratamiento y un enlentecimiento de la progresión de la enfermedad. El crecimiento de ERC se relaciona con factores de riesgo como la diabetes y la enfermedad cardiovascular (responsables de un 40% de los casos), la obesidad, la hipertensión arterial o el tabaquismo, que en su mayoría podrían evitarse o prevenirse.

“Hay que lograr que los ciudadanos se preocupen por su función renal y la salud de sus riñones, ya que la ERC es muy silente, y da la cara en muchas ocasiones en estadios avanzados, cuando ya se necesita prácticamente un TRS que reemplace la función renal. Pero la buena noticia es que tenemos muy claros los grupos de riesgo y está en nuestras manos actuar sobre ellos, mediante la detección precoz y su tratamiento temprano como estrategia para disminuir su progresión. La principal causa de ERC es la diabetes, y podemos actuar contra ella desde la prevención, la concienciación social y el fomento de un estilo de vida saludable. Con la detección precoz y tratamiento temprano del deterioro de la función renal se puede retrasar hasta en 20 años el ingreso en diálisis o trasplante, y eso se puede lograr con sencillos tests de sangre y orina para medir la creatinina plasmática (y calcular el filtrado glomerular) y la albúmina en orina”, apunta el Dr. Emilio Sánchez, presidente de la S.E.N.

En este sentido, los especialistas abogan por potenciar la prevención primaria, enfocada a promover un estilo vida saludable, el cese del hábito tabáquico, el control de la obesidad y el ejercicio físico. E, igualmente, la prevención secundaria, mediante la detección precoz de la ERC y su tratamiento temprano como estrategia para reducir su progresión y complicaciones. Una detección temprana que consideran debe promoverse activamente en personas mayores de 65 años, con diabetes, hipertensión arterial, obesidad, antecedentes cardiovasculares y antecedentes familiares de enfermedad renal.

El presidente de la S.E.N. advierte que, “si no se hace nada, para el año 2040, un tercio de las personas mayores de 65 años en España tendrán ERC y esta será la quinta causa de muerte en nuestro país. El objetivo es evitar llegar a una situación de deterioro de la función renal que requiera TRS, tanto por el alto impacto que tiene en la calidad de vida de las personas que viven con él, como por el impacto la sostenibilidad del sistema sanitario, ya que el TRS consume aproximadamente el 3% del presupuesto del Sistema Nacional de Salud”. Además de potenciar la prevención y el diagnóstico precoz, nefrólogos y pacientes piden otras medidas clave para avanzar en la mejora de los tratamientos y la atención y calidad de vida de las personas con ERC, en especial las que tienen que someterse a diálisis o trasplante para poder seguir viviendo. En concreto, en aspectos como seguir fomentando el trasplante de riñón, ya que es la mejor solución para los pacientes que necesitan un TRS, y en concreto, en la necesidad de promover más la actividad de trasplante renal de donante vivo, que ofrece muy buenos resultados en términos de supervivencia del trasplante y reducción de complicaciones, y representa ya el 10% del total de trasplantes de riñón.

En cuanto a los otros tipos de TRS, la S.E.N. subraya la importancia de la potenciación de las terapias de diálisis domiciliaria (diálisis peritoneal o hemodiálisis domiciliaria), de manera que se pueda elevar al 30% el número de personas que inician la diálisis en sus propios domicilios. Las terapias de diálisis domiciliaria son modalidades realizadas en el hogar del paciente, más flexibles y personalizadas que otras terapias tradicionales como la hemodiálisis en hospital, y proporcionan múltiples beneficios clínicos a la vez que mejoran la autonomía y la calidad de vida de los pacientes, facilitan su conciliación laboral y familiar, y contribuyen a la sostenibilidad del sistema sanitario (consume un 80% menos de agua que diálisis hospitalaria, y un 93% menos de electricidad, y genera un 60% menos de gases de efecto invernadero y un 35% menos de residuos).

“Es necesario apostar decididamente por la diálisis domiciliaria y la mejora de la atención y calidad de vida de los pacientes renales, a través de medidas como la creación y desarrollo de unidades de diálisis domiciliaria al menos en un hospital de cada provincia, la implantación de consultas ERCA (Enfermedad Renal Crónica Avanzada) acreditadas para asegurar la mejor atención sanitaria en fases avanzadas de la enfermedad, promover la diálisis domiciliaria y el acceso al trasplante renal y, sobre todo, la implantación de modelos de diálisis peritoneal asistida, que derribaría muchas barreras culturales que hoy frenan los tratamientos domiciliarios y son claves especialmente para las personas de más edad”, concluye Emilio Sánchez.

Por su parte, el presidente de la Federación Nacional ALCER de personas con enfermedades renales, Daniel Gallego, señala que, “desde nuestra organización, hacemos un llamamiento a la población general y no solo a personas mayores o con diabetes, también a los profesionales sanitarios y a las autoridades, para que se refuerce la concienciación y se promueva la prevención y detección temprana, mediante chequeos anuales. Cuidar nuestros riñones es proteger nuestra salud y calidad de vida. Es hora de actuar y de saber si están bien nuestros riñones, descubriéndolo a tiempo protegemos nuestra salud renal. Es urgente que se hable más de la enfermedad renal. El diagnóstico tardío sigue siendo un problema grave, y muchas personas desconocen que tienen riesgo. Si tienes diabetes, hipertensión, sobrepeso o antecedentes familiares, es fundamental que revises tu salud renal regularmente”.

Jornada institucional y pruebas de salud renal en el Senado y la Asamblea de Madrid

El Día Mundial del Riñón se celebra este año bajo el lema “¿Están bien tus riñones? Descúbrelo a tiempo protege tu salud renal”, el cual incide en aspectos como la prevención, la detección precoz, el infradiagnóstico, el aumento de la incidencia y prevalencia de la ERC o la necesidad de cuidar la salud renal y fomentar hábitos de vida saludable para reducir sus riesgos y su progresión.

Con el fin de concienciar a la sociedad sobre todo ello, la S.E.N., junto a ALCER, la Organización Nacional de Trasplantes (ONT), la Sociedad Española de Enfermería Nefrológica (SEDEN), y otras entidades como la Sociedad Española de Calidad Asistencial (SECA), la Fundación Renal Española, la Sociedad Española de Medicina de Laboratorio (SEMEDLAB), las sociedades de Medicina de Atención Primaria SEMERGEN, SEMFYC y SEMG, el Consejo General de Colegios de Farmacéuticos y la Federación Española de Asociaciones de Enfermería Familiar y Comunitaria (FAECAP), han promovido un programa de actividades que se desarrollará esta semana y mañana mismo día 13 de marzo, Día Mundial del Riñón.

Entre estas acciones se incluye la celebración hoy, a las 16.00 horas, de una **jornada institucional en el Ministerio de Sanidad**, con la participación de la **ministra Mónica García**, y que reunirá a autoridades sanitarias, pacientes y profesionales para debatir sobre el crecimiento de la ERC en nuestro país, la necesidad de profundizar en la importancia de su prevención en la estrategia de Salud Pública, abordar la mejora de la detección precoz de esta enfermedad desde un enfoque multidisciplinar, o analizar otros aspectos como el acceso equitativo y adecuado al trasplante renal y otros tratamientos, o la mejora atención y calidad de vida de los pacientes.

Además, hoy se está celebrando una **jornada de salud renal en el Senado de España**, en la que un equipo de nefrólogos y personal de enfermería está informando y proporcionando consejos sobre la salud y cuidado de los riñones, y **ofreciendo los senadores y a todo el personal de la Cámara** que lo desee, la posibilidad de realizarse una **prueba de sangre para medir los niveles de creatinina y calcular el filtrado glomerular, para evaluar su función renal y detectar posibles casos de enfermedad renal oculta**, concienciando así a los representantes políticos y parlamentarios de la importancia de cuidar la salud renal. Esta misma jornada se celebrará **mañana 13 de marzo en la Asamblea de la Comunidad de Madrid, en la que también participarán los diputados y personal de esta Cámara.**

Asimismo, el domingo 9 de marzo se celebró la **“4ª Carrera Solidaria del Día Mundial del Riñón – Muévete por la salud renal”**, que tuvo lugar en el Parque Juan Carlos I de Madrid, y en la que participaron más de 400 personas, entre niños y adultos, con el fin de subrayar la importancia del ejercicio y la actividad física como medida clave para prevenir la ERC y tener una buena salud renal.

Por último, la S.E.N. y las entidades participantes difundirán materiales e información sobre las 8 reglas de oro para reducir el riesgo renal y evitar la ERC, 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 antiinflamatorios ni analgésicos regularmente si no te los indica tu médico
8. Comprueba tu función renal si padeces diabetes, obesidad o hipertensión

Toda la información sobre el Día Mundial del Riñón en la web:

<https://www.diamundialdelriñon.com>

Para información, contactar con:

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

Jesús Herrera 625872780/ Manuela Hernández 651 86 72 78