



NOTA DE PRENSA

NEFRÓLOGOS Y OTROS PROFESIONALES SANITARIOS SUBRAYAN LA NECESIDAD DE IMPULSAR UNA ALIMENTACIÓN MÁS SOSTENIBLE PARA MEJORAR LA SALUD DE LOS PACIENTES CON ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA Y REDUCIR EL IMPACTO DE LOS TRATAMIENTOS NEFROLÓGICOS EN EL PLANETA

Medio centenar de especialistas se han reunido en la III edición de NutriERCA para abordar nuevas estrategias que contribuyan a fomentar una mejor alimentación en los pacientes renales, de manera que se les ofrezcan herramientas para que puedan adoptar y optimizar dietas más adecuadas para su estado de salud, y les aporten mayor bienestar y calidad de vida, además de enlentecer la progresión de su patología bajo un enfoque de salud y sostenibilidad que beneficie tanto a los pacientes como al planeta.

El encuentro ha incidido en cuestiones como la tradición gastronómica como base para una alimentación sostenible, el uso de productos de proximidad, una mayor apuesta por las verduras, frutas y legumbres en la nutrición de las personas con ERC, el fomento de las proteínas vegetales, la dieta hospitalaria en Nefrología o los excedentes alimenticios en la actividad hospitalaria.

Además, la jornada sirvió para poner el foco en la importancia que la sensibilización en la alimentación saludable y sostenible puede tener en la reducción de la huella de carbono de la atención nefrológica, ya que la Nefrología es una de las especialidades médicas con mayor impacto ambiental por el elevado consumo de recursos y generación de residuos de tratamientos como la diálisis.

Organizada por especialistas del Hospital Clínic de Barcelona, esta jornada ha estado avalada por la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) y ha contado con la participación de miembros de su Grupo de Trabajo de Nutrición en Enfermedad Renal Crónica (ERC).

Barcelona, 10 de octubre de 2025.- Mejorar la salud y la nutrición de los pacientes con Enfermedad Renal Crónica (ERC) a través de una alimentación más saludable y sostenible, que también contribuya a reducir el impacto de la Nefrología en el medio ambiente y el cambio climático. Bajo ese objetivo cerca de medio centenar de nefrólogos y otros profesionales sanitarios, como nutricionistas o enfermeras de consulta de Enfermedad Renal Crónica Avanzada (ERCA), se han reunido en la III Jornada NutriERCA, organizada por especialistas del Hospital Clínic de Barcelona y que ha contado con la participación de miembros del Grupo de Trabajo de Nutrición en Enfermedad Renal Crónica (ERC) de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.).

En este encuentro, avalado por la S.E.N. y desarrollado en la sede de la Fundación Alicia, los expertos participantes han analizado la importancia de desarrollar estrategias e iniciativas que contribuyan a fomentar una alimentación más sostenible en los pacientes renales, de manera que se les ofrezcan herramientas para que puedan adoptar, establecer y optimizar dietas más adecuadas y equilibradas para su estado de salud, y les aporten mayor bienestar y calidad de vida durante el proceso de su enfermedad renal, además de enlentecer la progresión de su patología.

La jornada se centró en diferentes charlas y ponencias a cargo de diversos especialistas en alimentación y chefs, así como de talleres prácticos sobre formación de técnicas culinarias saludables y sostenibles en los que se ha incidido en cuestiones como la tradición gastronómica como base para una alimentación sostenible, el uso de productos de proximidad y mercado, una mayor apuesta por las verduras, frutas y legumbres en la nutrición de las personas con ERC, el fomento de las proteínas vegetales en detrimento de las proteínas animales, recetas regionales con una mirada sostenible, la dieta hospitalaria en Nefrología o los excedentes alimenticios en la actividad hospitalaria.

“Con ello se ha pretendido formar a los profesionales sanitarios que han participado para que luego trasladen estas aportaciones y enseñanzas a sus pacientes renales en las consultas con un doble propósito: ayudarles a cocinar y a mejorar su alimentación con una mirada más sostenible contribuyendo así a reducir el impacto ambiental de los tratamientos renales. La dieta es una herramienta preventiva y terapéutica clave para retrasar la progresión de la ERC”, ha señalado la Dra. Marta Arias, del Servicio de Nefrología y Trasplante Renal del Hospital Clínic Barcelona y miembro del grupo de trabajo de Nutrición en ERC de la S.E.N. “La alimentación es también una vía para contribuir a la sostenibilidad del planeta, empezando por la implicación de los profesionales sanitarios y siguiendo con la de los pacientes”, ha añadido Marta Arias.

En el encuentro también se realizaron cuatro talleres en los que se abordaron aspectos como la movilidad sostenible, cómo optimizar los residuos sanitarios en los servicios de Nefrología, la nutrición en los pacientes renales o cómo hacer más sostenibles las consultas de las Unidades de Enfermedad Renal Crónica Avanzada (ERCA) en los hospitales de España; y se realizó una visita a un huerto situado en la sede de la Fundación Alicia, con el fin de conocer de primera mano cómo se cultivan los productos y alimentos de proximidad.

“Apostando por una alimentación saludable y sostenible, también lo hacemos por la prevención de la ERC, por disminuir su progresión cuando ya está diagnosticada y por reducir la llegada a la diálisis. Más de un 25% de las personas que inician diálisis es debido a la diabetes, y se calcula que la obesidad está implicada en aproximadamente entre el 20 % y el 25 % de los casos de ERC. La cuestión es decidir y adoptar estilos de vida y dietas saludables, como aquellas bajas en proteína animal o con predominio de proteínas vegetales, que son más beneficiosas para la salud de la población en general y para las personas con ERC en particular y que en la actualidad aún son poco conocidas o promovidas. Además de evitar alimentos ultraprocesados, carnes rojas, azúcares y la sal. Todo ello repercutirá en la salud de los pacientes, pero igualmente en la salud de nuestro planeta y en reducir el impacto de muchas actividades nefrológicas en el medio ambiente. “Debemos insistir en ello y ayudar a nuestros pacientes para que, entre todos, avancemos juntos en este campo. Es esencial incorporar esta

perspectiva en el día a día de los profesionales sanitarios y en los propios pacientes”, ha subrayado la Dra. Arias.

Durante la jornada precisamente también participaron varios pacientes renales que trasladaron su experiencia con la alimentación durante el desarrollo de la ERC, como el presidente de la Asociación de Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER), Daniel Gallego, y el presidente de la Asociación Catalana de Enfermos Renales (ADER Foundation), Jesús Alcober.

La diálisis, 4ª causa de emisiones en la actividad hospitalaria

Además de compartir ideas prácticas y reflexiones sobre la necesidad de realizar un mayor esfuerzo de sensibilización en la alimentación saludable y sostenible de los pacientes con ERC, la jornada sirvió para poner el foco en la importancia que todo ello tiene en el cambio climático, ya que la Nefrología es una de las especialidades que mayor repercusión tiene en el planeta por los costes y residuos que generan sus tratamientos, como la diálisis.

De hecho, la actividad de diálisis es la 4ª causa de emisiones de gases de efecto invernadero de los hospitales, debido a cuestiones como el uso de electricidad y agua en los procesos de tratamiento, el transporte de los pacientes, los ingresos y estancias hospitalarias, la fabricación y envío de suministros y fármacos o la gestión de los residuos, entre otros. Las emisiones aproximadas de un paciente que recibe hemodiálisis hospitalaria durante un año (con una periodicidad de 3 sesiones a la semana) equivalen a 3.382 kg de CO₂, lo que es equivalente al consumo eléctrico de una vivienda durante un año. De este modo, reducir la huella de carbono en Nefrología no sólo implica disminuir estas actividades sanitarias sino también mejorar cuestiones como la prevención o la detección precoz, aumentar el acceso al trasplante renal, fomentar técnicas de tratamiento renal menos contaminantes (como la diálisis peritoneal) o mejorar la alimentación de los pacientes renales (incluidos los ingresados en los hospitales) y la población en general.

“Todo ello aporta beneficios tanto sanitarios como ambientales y sociales, reduciendo el impacto medioambiental, económico y social de la Nefrología. La sostenibilidad comienza en nuestro plato y se extiende al planeta, integrando salud renal, cultura y responsabilidad social. Los nefrólogos y demás profesionales sanitarios relacionados con la salud renal somos agentes de cambio fundamentales para avanzar hacia una atención renal más sostenible”, concluye Marta Arias.

La Jornada NutriERCA también ha contado con la colaboración y el apoyo de CSL Vifor, ALCER, ADER Foundation, la Sociedad Catalana de Nefrología y la Asociación Catalana de Enfermería Nefrológica (ACIN).

Para más información:

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

Jesús Herrera / Manuela Hernández (954 62 27 27 / 625 87 27 80)