



## **NOTA DE PRENSA**

### **DOS DE CADA TRES PACIENTES RENALES EN HEMODIÁLISIS SUFREN FATIGA Y PROBLEMAS DE SUEÑO TRAS LAS SESIONES DE TRATAMIENTO**

Un estudio multicéntrico realizado por profesionales de la Unidad de Investigación de la Fundación Renal Española revela que el 66% de las personas que experimenta fatiga y cansancio tras la hemodiálisis, siendo además una situación grave en más de una cuarta parte de los casos (27%).

La investigación también muestra que las mujeres presentan mayor fatiga y alteraciones del sueño que los hombres; y que la duración de las sesiones de hemodiálisis se relacionan con mayor somnolencia posterior.

La fatiga y el sueño excesivo se asocian a factores como la fragilidad y el riesgo de caídas de los pacientes, la presencia de sarcopenia (pérdida de masa y fuerza muscular), mal estado nutricional y síntomas de ansiedad o depresión.

El estudio incluyó a un total de 729 pacientes de distintos centros de diálisis de Madrid, Segovia y Salamanca y fue presentado en el 55º Congreso Nacional de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.).

Los investigadores señalan que estos síntomas no dependen tanto de la técnica de diálisis o de los parámetros de la sesión, sino de factores funcionales, nutricionales y emocionales de los pacientes, por lo que piden una evaluación de todos estos aspectos con el fin de facilitar un abordaje más integral y mejorar su calidad de vida.

**08 de junio de 2026.-** La fatiga y los trastornos del sueño después de la diálisis son síntomas muy frecuentes y debilitantes que se habían detectado en las personas con Enfermedad Renal Crónica (ERC) que tienen que realizar este tipo de tratamiento para sustituir la función de sus riñones y así poder seguir viviendo. Su presencia compromete significativamente la calidad de vida y la funcionalidad de las personas afectadas con ERC, y a menudo han sido subestimados en la práctica asistencial y clínica.

Un nuevo estudio multicéntrico liderado por nefrólogos de la Fundación Renal Española ha confirmado la importancia de estos síntomas en los pacientes renales en tratamiento

de hemodiálisis y ha revelado que el 66% de ellos experimenta fatiga y cansancio tras la hemodiálisis, siendo además una situación grave en más de una cuarta parte de los casos, en concreto en el 27% de los pacientes analizados.

El estudio, que ha sido realizado por la Fundación Renal Española a través de su grupo de trabajo FRAGILDIAL, incluyó a un total de 729 pacientes en hemodiálisis de distintos centros de Madrid, Segovia y Salamanca, y mostró además otros relevantes resultados como que las mujeres presentaron mayor fatiga y alteraciones del sueño que los hombres; y que la duración de las sesiones de hemodiálisis se relaciona con una mayor somnolencia posterior (a sesiones más largas, más sueño en los pacientes).

Los resultados de la investigación también concluyeron que la fatiga y el sueño excesivo se asocian sobre todo a factores como la fragilidad y el riesgo de caídas de los pacientes, la presencia de sarcopenia (pérdida de masa y fuerza muscular), mal estado nutricional y síntomas de ansiedad o depresión.

Asimismo, el tiempo acumulado en hemodiálisis también se correlacionó con mayor fatiga y alteraciones del sueño, mientras que los pacientes con peor percepción de su estado de salud fueron los que reportaron más síntomas de este tipo.

Los investigadores del estudio, que fue presentado en el 55º Congreso Nacional de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), concluyen que la fatiga y los problemas de sueño post-diálisis no dependen tanto de la técnica empleada o de los parámetros técnicos de la sesión, sino de factores funcionales, nutricionales y emocionales de los pacientes renales.

Por ello, recomiendan una evaluación integral y sistemática de todos estos aspectos, con el fin de diseñar estrategias terapéuticas que mejoren la calidad de vida de los pacientes. “La evaluación sistemática del estado funcional, nutricional y emocional podría facilitar un abordaje más integral de estos síntomas en la hemodiálisis y mejorar el bienestar diario de las personas con Enfermedad Renal Crónica”, destacan los autores del estudio.

#### **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)

#### **RESUMEN DEL ESTUDIO:**

#### **FATIGA Y TRASTORNOS DEL SUEÑO POST-DIÁLISIS: LOS FACTORES FUNCIONALES Y EMOCIONALES COMO DETERMINANTES CLAVE SOBRE LA TÉCNICA DE HEMODIÁLISIS**

N. ROMERO<sup>1</sup>, J. AUDIJE-GIL<sup>2</sup>, M. SAN JUAN<sup>3</sup>, A. CAS AUX<sup>4</sup>, ML. SANCHEZ-TOCINO<sup>5</sup>, P. MANSO<sup>6</sup>, D. HERNAN<sup>6</sup>, F. DAPENA<sup>7</sup>, M. PEREIRA<sup>8</sup>, MD. ARENAS JIMENEZ<sup>8</sup>

<sup>1</sup>Nefrología. Fundación Renal (Segovia), <sup>2</sup>Nefrología. Fundación Renal (Madrid), <sup>3</sup>Nefrología. Fundación renal (Segovia), <sup>4</sup>Nefrología. Fundación renal (Segovia),

5Nefrología. Fundación renal (Salamanca), 6Nefrología. Fundación Renal (Madrid), 7Nefrología. Fundación renal (Madrid), 8Nefrología. Fundación renal (Madrid)

**La comunicación corresponde a un grupo de trabajo o un estudio multicéntrico:**

Grupo de trabajo FRAGILDIAL -Fundación Renal Española

**Contenido:** Introducción La fatiga y los trastornos del sueño post-diálisis son síntomas frecuentes y debilitantes en pacientes en hemodiálisis crónica. Su presencia compromete significativamente la calidad de vida y la funcionalidad, y a menudo están subestimados en la práctica clínica. La comprensión de los factores asociados, especialmente los funcionales, emocionales y nutricionales, es fundamental para diseñar estrategias terapéuticas más efectivas.

**Objetivos:** Determinar la prevalencia de la fatiga y las alteraciones del sueño post-diálisis, y analizar sus asociaciones con variables clínicas, demográficas, del tratamiento, así como con el estado funcional, nutricional y psicológico de los pacientes en hemodiálisis.

**Métodos:** Estudio observacional transversal multicéntrico en 729 pacientes en hemodiálisis. Se evaluaron la fatiga y la somnolencia post-diálisis mediante herramientas PROMs, y se relacionaron con variables sociodemográficas, clínicas, funcionales (índice Barthel, FRAIL, SARC-F), nutricionales (MNA) y emocionales (PHQ-4), además de parámetros técnicos del tratamiento.

**Resultados:** El 66,4% de los pacientes refirió fatiga/cansancio post-diálisis, siendo severa en el 27,0% (Tabla 1). Las mujeres presentaron mayor fatiga y alteraciones del sueño post-diálisis que los hombres ( $p < 0,001$  y  $p = 0,039$ , respectivamente). La duración de sesión se asoció a mayor somnolencia ( $p = 0,044$ ). El mayor nivel de fatiga y sueño se relacionó significativamente con riesgo de caídas ( $p = 0,020$ ), presencia de sarcopenia ( $p < 0,001$ ), fragilidad ( $p < 0,001$ ), mal estado nutricional ( $p < 0,01$ ), y síntomas de ansiedad/depresión ( $p < 0,001$ ). El tiempo en hemodiálisis mostró correlación positiva con fatiga ( $p = 0,221$ ;  $p < 0,001$ ) y sueño ( $p = 0,130$ ;  $p = 0,001$ ). La percepción de peor estado de salud (Coop-Wonca) también se asoció a más fatiga ( $r = 0,482$ ) y sueño ( $r = 0,351$ ) ( $p < 0,001$ ). (tabla 2)

**Conclusiones:** La fatiga post diálisis afecta a dos de cada tres personas en tratamiento con hemodiálisis. La fatiga post-diálisis y las alteraciones del sueño se relacionan más con factores funcionales y psicoemocionales que con parámetros técnicos de la sesión. La evaluación sistemática del estado funcional, nutricional y emocional podría facilitar un abordaje más integral de estos síntomas en hemodiálisis.