



El próximo 9 de marzo se celebra el Día Mundial del Riñón, que este año se dedica a la obesidad, por su influencia sobre la enfermedad renal

LAS COMUNIDADES DE CANTABRIA Y MADRID Y LAS CIUDADES AUTÓNOMAS DE MELILLA Y CEUTA, LOS TERRITORIOS CON MENOR PREVALENCIA DE ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA EN ESPAÑA

En los cuatro casos, esta se sitúa por debajo de los 1.100 pacientes por millón de población (pmp). Frente a la media estatal de 1.211 pmp, en Melilla la media se sitúa en 782, en Cantabria en 1008 y en Ceuta y Madrid en 1080.

Ceuta y Melilla se sitúan sin embargo a la cabeza de nuevos casos, con una incidencia anual de 189 y 175 pmp, frente a la media nacional de 134 nuevos pacientes por millón de población. Madrid y Cantabria, en cambio, también están por debajo de la media nacional en nuevos casos (concretamente, en 125 y 114 respectivamente).

Cantabria encabeza el ranking nacional de enfermos renales trasplantados, con un porcentaje de más del 65% de pacientes con este tipo de tratamiento renal sustitutivo. Melilla y Ceuta cierran este ranking con un 0% de porcentajes trasplantados, mientras que Madrid mejora el 52% de la media nacional.

La prevalencia de la enfermedad renal crónica en España creció un 20% en los últimos diez años, pasando de 1.001 pacientes por millón de población (pmp), en 2006, a 1.211 en 2015.

La mortalidad de la Enfermedad Renal Crónica se ha venido situando por encima del 8% en la última década.

Aproximadamente el 13,8% de las enfermedades renales que padecen los hombres y el 24,9% de las que padecen las mujeres están asociadas con sobrepeso u obesidad. Las personas afectadas por obesidad tienen hasta un 83% más de probabilidad de padecer enfermedad renal.

La Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) advierte a la población de la importancia de llevar una vida activa y seguir una dieta saludable para prevenir las enfermedades del riñón.

2 de marzo de 2017.- Melilla, Cantabria, Ceuta y Madrid son las comunidades y ciudades autónomas con menor prevalencia de enfermos renales, según el Registro de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) actualizado con los últimos datos de 2015. En los cuatro casos, la prevalencia es inferior a los 1.100 pacientes por millón de población (pmp), y por tanto se sitúa significativamente por debajo de la media estatal



(1.211 pmp). Concretamente, en Melilla la prevalencia de enfermos renales es la más baja, situándose en 782 pmp. Cantabria es la segunda más baja, con 1.008 pmp, y le siguen Ceuta y Madrid, que se sitúan ambas en 1.080 pmp.

Paradójicamente, Ceuta y Melilla se sitúan sin embargo a la cabeza de nuevos casos, con una incidencia anual de 189 y 175 pmp, frente a la media nacional de 134 nuevos pacientes por millón de población. Madrid y Cantabria, en cambio, también están por debajo de la media nacional en nuevos casos (concretamente, en 125 y 114 respectivamente). Sólo el País Vasco y Castilla La Mancha están por debajo de Cantabria en nuevos casos de pacientes renales.

Cantabria encabeza además el ranking nacional de enfermos renales trasplantados, con un porcentaje de más del 65% de pacientes con este tipo de tratamiento renal sustitutivo. Melilla y Ceuta cierran este ranking con un 0% de porcentajes trasplantados, mientras que Madrid mejora el 52% de la media nacional. Sólo cuatro comunidades autónomas superan o llegan al 60% de enfermos renales trasplantados: además de Cantabria, son las de País Vasco, Aragón y Navarra.

En general, algo más de 4 millones personas padecen enfermedad renal crónica (ERC) en el conjunto del territorio español, de las cuales algo más de 55.000 están en Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS), con un impacto mucho mayor en hombres que en mujeres. Afortunadamente, más de la mitad (52%) están con un trasplante renal funcionante, y el resto precisa de la diálisis. La mortalidad de la Enfermedad Renal Crónica se ha venido situando por encima del 8% en la última década. Se estima que la atención de estas patologías del riñón representa alrededor del 3% del gasto sanitario total en España.

La prevalencia de la Enfermedad Renal Crónica (ERC) no deja de crecer en España y cada año unas 6.000 personas con insuficiencia renal avanzan en el deterioro causado por su enfermedad hasta necesitar Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS): hemodiálisis, diálisis peritoneal o el trasplante renal.

Concretamente, la prevalencia de la enfermedad renal crónica en España creció un 20% en los últimos diez años, pasando de 1.001 pacientes por millón de población (pmp), en 2006, a 1.211 en 2015, un incremento de 200 pacientes, según el Registro de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) actualizado con los últimos datos de 2015.

Dicho Registro revela que la prevalencia media en adultos de más de 15 años se situó en 1418 pmp. Los segmentos de población con mayor prevalencia fueron, por este orden, el de la población entre 65 y 74 años, con una prevalencia por encima de los 3000 pmp; el de la población de más de 75 años, con una prevalencia de 2638 pmp; y el de la población entre 45 y 64, por encima de 1765 pmp.



El aumento de la incidencia de la Enfermedad Renal Crónica se relaciona con el envejecimiento de la población (el 40% de los mayores de 80 años sufren esta enfermedad frente al 22% de los mayores de 64 años), pero también con hábitos de vida poco saludables y factores de riesgo como la obesidad.

Precisamente, a la obesidad está dedicado el **Día Mundial del Riñón de 2017** por su incidencia sobre la enfermedad renal. La obesidad puede causar Enfermedad Renal Crónica de varias formas. Por un lado, puede contribuir indirectamente, induciendo o empeorando la diabetes y la hipertensión, ambas enfermedades bien conocidas como factores de riesgo para la enfermedad renal. Por otro lado, la obesidad podría también causar daño renal directamente, poniendo una carga indebidamente alta sobre los riñones (al fin y al cabo un cuerpo más grande necesita mayor función renal) y también causando cambios metabólicos dañinos como inflamación y oxidación.

Se estima que el 13,8% de la ERC en hombres y el 24,9% de la ERC en mujeres de países industrializados pueden estar asociados con sobrepeso u obesidad. Además de sobradamente conocida su relación con la ERC, la obesidad ha sido también reconocida como factor de riesgo para padecer cálculos renales, así como para varios tipos de cáncer como el cáncer renal. Las personas afectadas por obesidad, tienen un 83% más de riesgo de padecer ERC comparados con aquellas que tienen un peso saludable.

De ahí que la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N) quiera aprovechar la celebración del Día Mundial del Riñón para concienciar a la población de la necesidad de llevar una vida activa y una dieta “renalsaludable”. Con ese motivo, ha convocado a través de redes sociales un concurso denominado **#Muevetuspies**, con el que quiere sensibilizar a la población de la importancia de dedicar una hora de actividad física diaria, así como de una serie de hábitos alimenticios favorables para la salud de los riñones, como beber agua en cantidad suficiente (4 a 6 vasos diarios de agua), moderar el consumo de bebidas alcohólicas y gaseosas, tomar diariamente varias raciones de fruta y verdura, no abusar de la sal en la dieta o evitar en lo posible los alimentos procesados, además de tener precaución en el uso de determinados medicamentos que pueden dañar la función renal.

Para participar el concurso de selfies, ver el perfil **@SEnefrologia** en Twitter y utilizar los hastags **#muevetuspies #cuidatusriñones #ConcursoDMR17 #WorldKidneyDay**.

*Se adjunta información aparte sobre las bases del concurso.

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)