



NOTA DE PRENSA

La Sociedad Española de Nefrología, S.E.N, ha diseñado *Código Riñón*, una estrategia para detener el avance de la Enfermedad Renal Crónica (ERC) en nuestro país, que ya afecta a 1 de cada 7 adultos

EL SENADO APRUEBA POR UNANIMIDAD UNA MOCIÓN PARA REDOBLAR LOS ESFUERZOS EN PREVENCIÓN Y DETECCIÓN PRECOZ DE LA ENFERMEDAD RENAL

El tratamiento renal sustitutivo consume ya el 3% del presupuesto sanitario y más del 4% del presupuesto en atención especializada.

Reducir el consumo de sal, evitar los alimentos procesados, beber más agua, realizar al menos dos horas y media de ejercicio físico a la semana, evitar el tabaco y el abuso de medicamentos, son las pautas básicas para mantener la salud renal

Madrid, 7 de marzo de 2018.- El Pleno de Senado ha aprobado hoy con el apoyo de todos los grupos políticos CódigoRiñón, una estrategia desarrollada por la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) para detener el avance de la Enfermedad Renal Crónica en España, donde ya afecta hasta a uno de cada siete adultos. La moción ha sido presentada por el senador del Grupo Popular Antonio Alarcó y ha logrado el apoyo de todos tras la aceptación de una enmienda transaccional presentada por el PSOE en la que solicitaba la dotación de recursos para su puesta en marcha.

La “epidemia silenciosa” de la enfermedad renal, como ya la califican los especialistas, está ligada sobre todo a factores de riesgo como la diabetes, la obesidad, la hipertensión arterial, la dislipemia y el tabaquismo y se diagnostica en la mayoría de los casos cuando el deterioro renal está ya avanzado. “El daño renal puede detenerse e incluso revertirse y es posible evitar el tratamiento renal sustitutivo –diálisis o trasplante- en muchos casos si se detecta en fases tempranas”, explica la presidenta de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), María Dolores del Pino. Los nefrólogos subrayan la clara necesidad de reorientar el esfuerzo y los recursos sanitarios hacia

este objetivo, pues sólo el TRS (que reciben un 0,1% de la población) consume el 3% de los recursos del sistema sanitario y representa más del 4% del gasto en atención especializada. “Que una persona llegue a diálisis o trasplante es en muchos casos un fracaso en prevención y detección precoz que no nos podemos permitir” explica Del Pino.

En efecto a la detección precoz, los nefrólogos españoles suman en la estrategia CódigoRiñón la prevención, pues la mayor parte de las causas de la enfermedad renal son evitables y tienen que ver con la modificación pautas de conducta y estilo de vida, fundamentalmente dieta más saludable y ejercicio físico. “Tenemos que dejar de asociar el deterioro renal exclusivamente a la edad. Es cierto que es un factor relevante y que la patología renal se concentra fundamentalmente en el grupo de edad a partir de los 60 años, pero también es verdad que podemos hacer mucho más porque nuestros riñones lleguen en las mejores condiciones posibles a esas edades y posteriores”, explica Del Pino.

La Enfermedad Renal en España

Estudios como el EPIRCE (S.E.N. 2010) o el ENRICA-Renal (2016) sitúan la prevalencia de la Enfermedad Renal en España entre el 10%-15%. Cuatro de cada diez personas no saben además que la padecen (el infradiagnóstico alcanza el 40%).

En los últimos años, ha crecido la prevalencia de la ERC en sus fases más avanzadas, y concretamente aquellas que requieren el Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS). El número de personas necesitadas de hemodiálisis, diálisis peritoneal o trasplante ya supera las 1.200 por millón de población en nuestro país, situándose por encima de las 57.000 personas. Por grupos de edad, el segmento de población que concentra mayor población en Tratamiento Renal Sustitutivo por millón de habitante es el que va de 45 a 64 años. Y por comunidades autónomas, la mayor prevalencia de pacientes con ERC y en tratamiento sustitutivo se da en Canarias, seguida de Cataluña, Galicia, Murcia y Comunidad Valenciana, todas por encima de los 1.300 pacientes por millón de habitantes, en tanto que la menor prevalencia se produce en Islas Baleares, Melilla y Ceuta, por debajo de los 1000 pacientes por millón de habitantes. En la comparación con el resto de Europa, España resulta ser es el quinto país con más prevalencia de pacientes con tratamiento sustitutivo, solo superado por Portugal (donde se eleva por encima de los 1800 por millón de habitantes), y Bélgica, Francia y Grecia (con menos diferencia).

Con ser preocupante el incremento de la prevalencia, más lo es el incremento de la incidencia. Los datos disponibles sobre nuevos casos se refieren a los pacientes en Tratamiento Renal Sustitutivo y muestran que en los últimos diez años, el número de nuevos pacientes que necesitan TRS ha subido un 8%, de 130 personas por millón de población en 2006 a 142 en 2016.

Por grupos de edad, el segmento de población que concentra el mayor número de pacientes que inician Tratamiento Renal Sustitutivo es el de los mayores de 75 años, seguido de cerca del segmento entre 65 y 74 años. Las personas de más de 65 años representan casi el 50% del total de nuevos casos. Por comunidades autónomas, la

mayor incidencia se presenta en Ceuta, Canarias, Asturias, Melilla, Cataluña y Comunidad Valenciana. En el otro extremo se sitúan Cantabria, Extremadura y Navarra. Finalmente, la comparación con el resto de Europa sitúa a España en una posición media en la incidencia, siendo la incidencia más alta en la República Checa, Grecia Portugal y Chipre.

Prevenir es sencillo

Todos estos datos hacen necesario insistir entre la población femenina en la importancia de seguir unas pautas de vida saludables, con una dieta equilibrada, que evite el sobrepeso u obesidad, y una actividad física regular (al menos 150 minutos semanales dedicados al ejercicio físico, idealmente repartidos en sesiones de 30-45 minutos cada 48 horas), además del abandono del tabaco. En presencia factores de riesgo como hipertensión arterial (HTA), diabetes o colesterol elevado es preciso realizar además controles periódicos, así como, si se tienen más de 65 años, realizar al menos una analítica al año para valorar la función renal (filtrado glomerular).

Aunque es importante en todo momento controlar los factores de riesgo de la enfermedad renal, es especialmente relevante hacerlo en situaciones en la vida de la mujer como el embarazo o la menopausia. Durante la gestación, por ejemplo, se producen cambios fisiológicos normales en la función renal. En ocasiones, problemas renales que han pasado desapercibido pueden ser detectados durante el embarazo. En estas situaciones tanto el embarazo puede tener repercusión sobre la progresión del problema renal, como el problema renal puede tener repercusiones sobre el desarrollo del embarazo. Por ello es muy importante el seguimiento por profesionales con experiencia en el tema, con vigilancia del daño renal y el desarrollo de la gestación.

Las recomendaciones generales en cuanto a la dieta para cuidar la salud renal pasan por evitar el consumo de alimentos procesados e inclinar la balanza a favor de los alimentos frescos (verduras, legumbres y frutas frente a proteínas de origen animal y primar en todo caso el pescado y las carnes blancas frente a las rojas). Igualmente, beber más agua de forma regular (no sólo cuando se sienta sed) primando su ingesta frente a zumos y refrescos industriales, y reducir el consumo de sal.

Los nefrólogos recomiendan asimismo como medida de prevención tomar tan sólo los medicamentos prescritos por el médico, evitando el abuso de analgésicos y protectores gástricos, por su toxicidad para el riñón.

Para más información, contactar con Manuela Hernández/Jesus Herrera. Gabinete de Prensa de la S.E.N. 954 62 27 27/ 651 86 72 78 /625872780