



## AULA VIRTUAL NUTRICIÓN EN ENFERMEDADES RENALES

### 1. CONOCE EL SISTEMA EXCRETOR RENAL

#### FUNCIONES:



**Elimina sustancias de deshecho**



**Formación de glóbulos rojos**

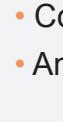


**Mantenimiento de los huesos**



Cuando falla **inicialmente no produce síntomas (enfermedad silenciosa)**. Al avanzar aparecen: malestar, cambios en cantidad de orina, náuseas y picor.

#### DIAGNÓSTICO DE LA ENFERMEDAD RENAL



Análisis de sangre y orina



Pruebas de imagen

#### TRATAMIENTO

- Revertir la causa

- Hemodiálisis /diálisis peritoneal

- Trasplante



### 2. APRENDE

#### DES NUTRICIÓN

##### FALTA DE APETITO

##### AUMENTO DEL GASTO ENERGÉTICO

##### ALTERACIÓN DEL TUBO DIGESTIVO

##### PÉRDIDA DE NUTRIENTES EN DIÁLISIS

##### DISMINUYE ESPERANZA DE VIDA

##### AUMENTA EL RIESGO DE COMPLICACIONES

##### EMPEORA CALIDAD DE VIDA

#### DIAGNÓSTICO



##### Herramientas de cribado

- Herramientas de cribado

- Valoración nutricional

- Composición corporal

- Analítica

#### TRATAMIENTO

- Dieta adecuada

- Suplementos orales nutricionales

- Nutrición Enteral

- Nutrición Parenteral

### 3. CONVIVE

#### CLAVES DE LA ALIMENTACIÓN EN LA ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA

##### MANTENER UN PESO SALUDABLE

- Perder peso en caso de obesidad

- Prevenir la desnutrición



##### PREVENIR LA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR

- Dieta tipo mediterráneo: aceite de oliva y pescado azul

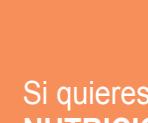
- Evitar ultraprocesados



##### CONSEGUIR UN APORTE PROTEICO ADECUADO

- Reducido cuando no hay diálisis (0,8g/kg/día)

- Aumentado cuando hay diálisis (1,2-1,3g/kg/día)



##### EVITAR SUSTANCIAS QUE PUEDAN ACUMULARSE

- Fósforo: proteínas de origen animal, ultraprocesados

- Potasio: vegetales no procesados adecuadamente

- Sal añadida



##### CONTROLAR LA CANTIDAD DE LÍQUIDO

- Hemodiálisis: 500mL/día + volumen de orina

- Diálisis peritoneal: individualizado



### 4. CUÍDATE

#### ESTILO DE VIDA SALUDABLE

- Dieta mediterránea

- Ejercicio físico

#### ADHERENCIA AL TRATAMIENTO

- Fármacos

- Sesiones de diálisis

#### MANTENER LA ACTIVIDAD SOCIAL

- Salir a comer

- Viajar

#### BUSCAR APOYO

- Asociaciones de pacientes

- Pacientes mentores



Si quieres saber más sobre **NUTRICIÓN en enfermedades renales**, tienes la información completa (y muchas cosas más) en [www.seen.es](http://www.seen.es)



[www.seen.es](http://www.seen.es)

