



AULA VIRTUAL

NUTRICIÓN EN ENFERMEDADES RENALES

1. CONOCE EL SISTEMA EXCRETOR RENAL

FUNCIONES:



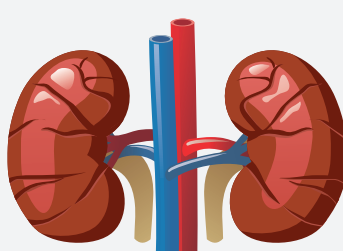
Elimina sustancias de deshecho



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

DESNUTRICIÓN



FALTA DE APETITO



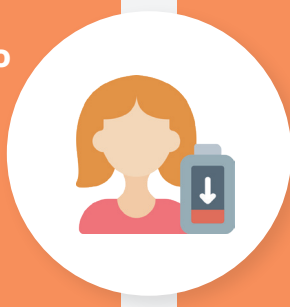
AUMENTO DEL GASTO ENERGÉTICO



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
- Valoración nutricional
- Composición corporal
- Analítica

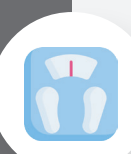


TRATAMIENTO

- 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 APOORTE 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

MANTENER LA ACTIVIDAD SOCIAL

- Salir a comer
- Viajar



ADHERENCIA AL TRATAMIENTO

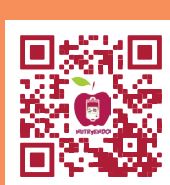
- Fármacos
- Sesiones de diálisis

BUSCAR APOYO

- Asociaciones de pacientes
- Pacientes mentores

SENTIRSE BIEN CON LA ENFERMEDAD

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



@NutriSeen
@sociedadSEEN
@TuendocrinoSEEN



www.seen.es