

NOTA DE PRENSA ALCER MÁLAGA

10 de marzo, Día Mundial del Riñón

AUMENTAR EL CONOCIMIENTO PARA MEJORAR EL CUIDADO RENAL, con este lema ALCER celebra el Día Mundial del Riñón.

La prevalencia de la ERC ha crecido un 30% en la última década en España, y el número de españoles que necesitan Tratamiento Renal Sustitutivo (diálisis o trasplante) para reemplazar la función de sus riñones alcanza ya las 64.666 personas.

Más de 6.700 personas iniciaron diálisis o trasplante en 2020 (último año con datos registrados).

A este crecimiento de la llamada “epidemia silenciosa” se ha sumado el impacto de la pandemia Covid-19, con una fuerte repercusión en las personas con enfermedad renal, uno de los colectivos más vulnerables frente la COVID-19, y en el inicio de los tratamientos de los nuevos pacientes con ERC.

La Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), junto a pacientes y otras organizaciones, solicitan un mayor esfuerzo para potenciar la prevención y el diagnóstico precoz de la ERC a través de Plan de Salud Renal nacional, que recoja medidas y recursos que permitan avanzar en esta línea, y mejorar también el tratamiento y la calidad de vida de las personas con patologías renales.

Málaga, 03 de marzo de 2022.- Edificios y monumentos de la provincia de Málaga se teñirán de verde y naranja para sumarse a la celebración del “Día Mundial del Riñón”, una iniciativa que se celebra a nivel nacional e internacional y que, este año, tendrá lugar el próximo 10 de marzo, **bajo el lema: “Aumentar el conocimiento para mejorar el cuidado renal”**. Un lema que tiene como objetivo alertar y sensibilizar a la población y a las autoridades y administraciones públicas del crecimiento continuado de la Enfermedad Renal Crónica (ERC) en los últimos años. Se trata de una patología que, a pesar de su elevada prevalencia e incidencia (las cifras no dejan de crecer), sigue siendo una gran desconocida para la gran mayoría de la opinión pública, y que requiere de un mayor esfuerzo de prevención y diagnóstico precoz para lograr frenar su crecimiento en España y el mundo.



De hecho, el ‘**Día Mundial del Riñón**’ vuelve a celebrarse este año en un contexto de doble preocupación: por un lado, ante el crecimiento progresivo de la ERC, que continúa aumentando sin que se revierta la tendencia; por otro, ante el impacto negativo que la pandemia ha tenido no sólo en los pacientes renales, uno de los colectivos más vulnerables ante la COVID-19, sino también en el inicio de los tratamientos para sustituir la función de los riñones.

A pesar de afectar a una parte cada vez más importante de la población (entre un 10-15% de la población adulta) y tener un gran impacto en la expectativa de supervivencia y calidad de vida de los pacientes, **la ERC continúa siendo poco conocida para la mayoría de la sociedad**. Es un grave problema de salud pública que sigue creciendo y que se conoce como la epidemia silenciosa porque su diagnóstico suele ser tardío, cuando la enfermedad ya se encuentra en fases avanzadas.

Los datos sobre la evolución de la ERC en España reflejan la gravedad de esta situación, con una prevalencia que ha crecido un 30% en la última década, y con una tasa de personas en Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS) -es decir, diálisis o trasplante- en nuestro país que se sitúa en 1.363 personas por millón de población (pmp). Por su parte, la incidencia se sitúa en 141 pmp, lo que supone que más de 6.700 personas iniciaron diálisis o trasplante en 2020, año en el que se produjo un ligero descenso en el número de personas que iniciaron TRS debido a la pandemia. En total, **más de 64.600 personas con ERC** en nuestro país necesitan un tratamiento que reemplace la función de sus riñones.

Este crecimiento de ERC se relaciona con factores de riesgo como la diabetes y la enfermedad cardiovascular (responsables del 50% de los casos), la obesidad, la hipertensión arterial o el tabaquismo, muchos de los cuales podrían prevenirse con la adopción de unos hábitos de vida saludables, que permitirían frenar su avance. A ello hay que sumarle que es una enfermedad que presenta síntomas poco reconocibles en sus estadios iniciales, y que cuenta con **una tasa de infradiagnóstico que supera el 40%**. Además, la tasa de mortalidad ha crecido más de un 30% en la última década, y en 2020 fallecieron más de 5.800 personas en TRS en España, con un aumento también motivado por el virus del SARS-Cov-2. La vulnerabilidad de estos pacientes se ha demostrado muy alta debido a la imposibilidad del distanciamiento y confinamiento social en las primeras olas, y luego con la confirmación de que generan una menor respuesta inmunitaria a la vacunación, en especial, en el caso de los pacientes trasplantados renales

“En España somos excelentes en el tratamiento en las fases avanzadas de la ERC, como lo demuestra nuestro liderazgo mundial en trasplante renal o los altos índices de supervivencia de nuestros pacientes, pero es necesario un mayor esfuerzo en las etapas previas, es decir, en prevención y diagnóstico precoz. Y para ello es necesario un **Plan de Salud Renal en**

España, que recoja todos los esfuerzos y recursos que se pueden destinar para avanzar en las medidas preventivas y de detección precoz, con la colaboración de la Atención Primaria y aunando otras estrategias que también son básicas para mejorar el tratamiento y la calidad de vida de las personas con ERC: por un lado, el fomento de diálisis domiciliaria -con importantes beneficios para los pacientes y para el sistema sanitario-, y por otro, un mayor impulso a la donación de vivo, para así reducir las listas de espera”, señalan desde la Sociedad Española de Nefrología, S.E.N.

Por su parte, **Josefa Gómez, presidenta de ALCER Málaga** de pacientes renales, destaca que “la prevención y fomentar la salud renal, debe ser una de las prioridades de las políticas de salud. Tenemos que evitar que las personas desarrollen enfermedad renal y lleguen a tratamiento sustitutivo renal como la diálisis o el trasplante, pues tiene un alto impacto en la vida social, laboral, emocional y familiar. Por todo ello, **es clave la educación para la salud renal en colegios, universidades y todo el sistema de salud**, mejorando así la calidad asistencial y aumentando el conocimiento en la población general de la enfermedad renal, para mejorar la atención y los cuidados de las personas con enfermedad renal, sus cuidadores y familiares”.

ACTIVIDADES ALCER MÁLAGA

CHARLA INFORMATIVA

- Lunes 07: Instituto de Educación Secundaria Luis Barahona de Soto de Archidona.

CAMINATA SOLIDARIA

- Miércoles 09: Salida desde el Faro del Parque de Huelin hacia la playa de Sacaba.

MESAS INFORMATIVAS, en horario de 11:00 a 13:30 horas

- Jueves 10: Plaza de la Marina, Plaza de Félix Sáenz, Explanada de El Corte Inglés. Y Alameda Principal esquina con Alameda de Colón (de 17:30 a 18:00 horas).
- Viernes 11: Plaza de la Marina, Plaza de Félix Sáenz, Explanada de El Corte Inglés.

DÍA MUNDIAL DEL RIÑÓN – Jueves 10 de marzo:

- 18:00 horas. **‘PASACALLE’** que se desarrollará a lo largo del lateral sur de la Alameda Principal, con inicio en la esquina con Alameda de Colón y finalizando en la Plaza de la Marina, con la participación de autoridades, profesionales de la sanidad, voluntarios/as y pacientes, y animado por la Batucada Sambagua Do Rio.
- Una vez concluido el Pasacalle, en la propia plaza de la Marina se dará **lectura** a un **Manifiesto participativo**, presentado por Ana Belén Castillo.

- **Iluminación de edificios Institucionales de la provincia de Málaga.** Con motivo de la celebración de este día, diversos municipios e instituciones se han sumado iluminando lugares emblemáticos de cada una de estas localidades malagueñas, en colores naranja y verde, los colores corporativos del movimiento ALCER, siendo los siguientes:
 1. Fachada del **Ayuntamiento de Málaga**.
 2. Fachada del Edificio Institucional de la **Diputación de Málaga**.
 3. **Plaza de Toros** de Málaga.
 4. **Hospital Regional Universitario** de Málaga.
 5. El Castillo y la Alcazaba de **Antequera** teñirán de verde y naranja su fachada.
 6. **Vélez-Málaga** iluminará también la Ermita del Cerro.
 7. En **Fuengirola** se iluminará la fachada del Ayuntamiento.
 8. El Consistorio de la ciudad de **Marbella** será iluminado con los colores conmemorativos.
- **Desafío del Día Mundial del Riñón.** Otra forma de conmemorar este día es dando visibilidad mediante una foto colocando los puños al frente o detrás de ti para indicar la ubicación de tus riñones y compartiendo dicha foto en redes sociales con diferentes hashtag #MuestraTusRiñones, #CuidaTusRiñones, #DíaMundialdelRiñón y etiquetando a nuestra entidad ALCER Málaga en las diferentes redes sociales.

Consejos para una buena salud renal

Con motivo de la campaña del Día Mundial del Riñón se están difundiendo diferentes materiales informativos, con información general sobre la salud renal y ocho reglas de oro para reducir el riesgo de tener Enfermedad Renal Crónica, que son las siguientes:

1. Mantente en forma, estate activo
2. Sigue una dieta saludable
3. Comprueba y controla tu nivel de glucosa en sangre
4. Comprueba y controla tu presión arterial
5. Mantén una ingesta de líquidos adecuada
6. No fumes
7. No te automediques ni tomes antiinflamatorios ni analgésicos regularmente si no te los indica tu médico
8. Comprueba tu función renal si tienes uno o más factores de “alto riesgo”, por ejemplo, si tienes diabetes, hipertensión u obesidad

Para información/gestión de entrevistas contactar: Josefa Gómez Ruiz, Presidenta de la ALCER Málaga

Teléfono: 638 13 42 93 / 677 06 55 65

Mail: info@alcermalaga.org