

**SALUD
RENAL
PARA
TODOS**

¡PREPARARSE PARA
LO INESPERADO,
APOYANDO A LOS
VULNERABLES!



#worldkidneyday #kidneyhealthforall
www.worldkidneyday.org

World Kidney Day is a joint ISN PKF-WKA initiative



NOTA DE PRENSA

9 de marzo, Día Mundial del Riñón

PROFESIONALES SANITARIOS Y PACIENTES RECLAMAN UN PLAN NACIONAL CON MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y DIAGNÓSTICO PRECOZ PARA FRENAR EL CRECIMIENTO DE LA ENFERMEDAD RENAL EN ESPAÑA

Otras medidas, como el fomento de la Donación en Vivo y la potenciación de los tratamientos domiciliarios, son esenciales para mejorar la vida de las personas con patologías renales.

El lema de este año “Preparándonos para lo inesperado, apoyando a los vulnerables” incide en la especial vulnerabilidad de los pacientes con ERC en situaciones de emergencia sanitaria, como la pandemia de COVID-19 y en otros posibles contextos críticos.

La ERC afecta a un 10-15% de la población adulta en España y se sitúa entre las 10 primeras causas de mortalidad en nuestro país, con la previsión de que sea una de las cinco causas principales de mortalidad en 2040.

El número de españoles que necesitan diálisis o trasplante alcanza ya las 65.740 personas. Más de 7.000 personas iniciaron alguno de estos tratamientos en 2021.

Málaga, 2 de marzo de 2023.- Los profesionales de Nefrología en España y los pacientes renales, junto a otras sociedades científicas y organizaciones sanitarias colaboradoras, han vuelto a insistir en la necesidad de que las autoridades sanitarias y las administraciones públicas realicen un mayor esfuerzo para promover y potenciar la prevención y el diagnóstico precoz de la Enfermedad Renal Crónica (ERC) en España, una patología que sigue creciendo cada año en nuestro país y que, a pesar de su elevada prevalencia e incidencia y del aumento de su mortalidad en la última década, sigue siendo una gran desconocida para la gran mayoría de la sociedad. Tanto nefrólogos como pacientes renales han querido aprovechar la celebración del “Día Mundial del Riñón”, una iniciativa que se celebra a nivel internacional y que este año tendrá lugar el próximo 9 de marzo, para insistir en la necesidad de que se desarrolle un Plan Nacional de Salud Renal que recoja medidas y recursos que permitan avanzar en esta línea de la prevención y en la detección temprana para frenar su crecimiento en los próximos años.

Asimismo, pacientes y nefrólogos piden otras medidas imprescindibles para avanzar en la mejora del tratamiento y la calidad de vida de las personas con patologías renales, en especial las que sufren ERCA y tienen que someterse a tratamiento renal sustitutivo (TRS), es decir,

SALUD RENAL PARA TODOS

¡PREPARARSE PARA LO INESPERADO. APOYANDO A LOS VULNERABLES!



#worldkidneyday #kidneyhealthforall
www.worldkidneyday.org

World Kidney Day is a joint ISN PKF-WKA initiative



diálisis o trasplante para reemplazar la función de sus riñones y poder seguir viviendo. En concreto, el fomento de la donación de vivo como opción segura y eficaz para el trasplante renal, con resultados que son mejores que los del donante fallecido en términos de supervivencia del trasplante y reducción de complicaciones; y la potenciación de los tratamientos domiciliarios, como la diálisis peritoneal o la hemodiálisis domiciliaria, que permiten una mayor autonomía e independencia del paciente al realizarlo en su propia casa, evitando desplazamientos al hospital y facilitando su conciliación laboral y familiar, además de contribuir a la sostenibilidad del sistema sanitario.

El Día Mundial del Riñón de este año se celebra bajo el lema “**Salud Renal para todos: ¡Preparándonos para lo inesperado, apoyando a los vulnerables!**”, el cual incide en la especial vulnerabilidad de los pacientes con ERC en situaciones de emergencia sanitaria como lo ha sido la pandemia de COVID-19 y, por tanto, en la necesidad de planificar los recursos y medios para la atención de estos pacientes en estos contextos críticos. La preparación para eventos inesperados es muy importante para los pacientes renales, ya que a su difícil situación puede agravarse aún más ante cualquier incidencia de urgencia o que surge de forma imprevista. “Es por ello por lo que los gobiernos deben incluir planes de preparación para emergencias en el manejo y detección de la ERC y favorecer la prevención; los servicios de atención de la salud deben contar con los protocolos y recursos necesarios para garantizar un acceso equitativo y adecuado a la atención de los pacientes crónicos en estas situaciones; y los pacientes deben saber cómo prepararse y actuar en estos y otros tipos de eventos como pandemias, inundaciones, terremotos, guerras... que puedan producirse” señalan desde la Sociedad Española de Nefrología, S.E.N.

“La ERC es un grave problema de salud pública que ya afecta a un 10-15% de la población adulta en España, pero sigue siendo poco conocida para la mayoría de la sociedad, a pesar de tener un fuerte impacto en la expectativa de supervivencia y calidad de vida de los pacientes. Su diagnóstico suele ser tardío, cuando la enfermedad ya se encuentra en fases avanzadas, de ahí que se le conozca como la *epidemia silenciosa*. Es necesario un mayor compromiso por parte de todos para intentar frenarla”, reiteran desde la S.E.N.

La gravedad de esta situación se ve reflejada en los datos de la evolución creciente de la ERC en España, que muestran que ya está entre las **10 primeras causas de mortalidad**, con la previsión de que sea una de las 5 primeras causas en 2040. Su prevalencia ha crecido un 30% en la última década, con una tasa de personas en TRS que se sitúa en 1.387 personas por millón de población (pmp). Por su parte, los nuevos casos (incidencia) se sitúa en 149 pmp, lo que supone que **7.084 personas iniciaron diálisis o trasplante en 2021. En total, 65.740 personas con ERC necesitan un tratamiento que reemplace la función de sus riñones.**

El crecimiento de ERC se relaciona con factores de riesgo como la diabetes y la enfermedad cardiovascular (responsables de un 40% de los casos), la obesidad, la hipertensión arterial o el tabaquismo, que en su mayoría podrían evitarse o prevenirse con la adopción de unos hábitos de vida saludables, lo que permitirían frenar su avance. A ello hay que unir que es una

SALUD RENAL PARA TODOS

¡PREPARARSE PARA LO INESPERADO. APOYANDO A LOS VULNERABLES!



#worldkidneyday #kidneyhealthforall
www.worldkidneyday.org
World Kidney Day is a joint ISN PKF-WKA initiative



patología que en sus estadios iniciales presenta síntomas poco reconocibles y que cuenta con infradiagnóstico que supera el 40%. “De ahí la importancia de realizar un mayor esfuerzo en las etapas previas de la ERC, es decir, en prevención y diagnóstico precoz, aunando la colaboración de la Atención Primaria y otras estrategias que mejoren el tratamiento y la calidad de vida de las personas con esta enfermedad”, incide la S.E.N.

Por su parte, **Josefa Gómez, Presidenta de ALCER Málaga**, destaca la importancia de que la población general comience a dar importancia a la Enfermedad Renal y saber cómo prevenirla. “Al igual que todo el mundo se preocupa por el colesterol o se hace chequeos generales de salud, debe comenzarse a saber lo que es la creatinina y lo importante que es preguntarle a su médico qué tal están tus riñones. Los riñones trabajan 24 horas al día y nunca les damos la importancia que realmente tienen, ya que son esenciales para nuestra salud”, afirma la Presidenta de ALCER Málaga.

Actividades ALCER Málaga

CAMINATA SOLIDARIA

- Viernes 3 de marzo: Salida desde el Faro del Parque de Huelin. Una hora de duración aprox. Impartida por el Fisioterapeuta de ALCER Málaga.

MESAS INFORMATIVAS, en horario de 10:00 a 13:30 horas

- Lunes 6 de marzo: Centro de Salud de las Delicias (Málaga), Centro de Salud El Limonar (Málaga) y Centro de Salud San Miguel (Torremolinos), de 10 a 13.30 horas.
- Martes 7 de marzo: Hospital Regional Universitario, Hospital Materno Infantil, Hospital Civil y Hospital Universitario Virgen de la Victoria (Málaga), de 9.30 a 12.30 horas; Centro de Salud de Campanillas (Málaga), de 10 a 13.30 horas; Municipio de Alhaurín de la Torre (Plaza San Antonio), de 10 a 13.30 horas.
- Miércoles 8 de marzo: Centro de Salud de La Roca (Málaga) y Hospital de la Axarquía (Vélez – Málaga)
- Jueves 9 de marzo – Día Mundial del Riñón: Hospital Regional Universitario, Hospital Materno Infantil, Hospital Civil y Hospital Universitario Virgen de la Victoria (Málaga), de 9.30 a 12.30 horas; Centro de Salud de Coín y Centro de Salud de Cruz Humilladero (Málaga), de 10 a 13.30 horas; Centro Carrefour Rosaleda y Los Patios (de 10 a 14 horas).
(Pendiente confirmación: Plaza Félix Sainz, Plaza de la Marina y Explanada de El Corte Inglés / Málaga capital - 11 a 13.30 horas)
- Viernes 10 marzo: Centro de Salud de Alhaurín de la Torre; Hospital Serranía de Ronda y Hospital Costa del Sol (Marbella), de 10 a 13.30 horas.
(Pendiente confirmación: Plaza Félix Sainz, Plaza de la Marina y Explanada de El Corte Inglés / Málaga capital - 11 a 13.30 horas)

**SALUD
RENAL
PARA
TODOS**

¡PREPARARSE PARA
LO INESPERADO.
APOYANDO A LOS
VULNERABLES!



#worldkidneyday #kidneyhealthforall
www.worldkidneyday.org

World Kidney Day is a joint ISN PKF-WKA initiative



DÍA MUNDIAL DEL RIÑÓN – Jueves 9 de marzo:

- **18:00 horas. 'PASACALLES'** que se desarrollará a lo largo Calle Larios, con inicio en la esquina con Alameda Principal y finalizando cerca de la Plaza de la Constitución, 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 Pasacalles, se dará *lectura* a un **Manifiesto**, presentado por la periodista Ana Oñate.
- **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 Excmo. **Ayuntamiento de Málaga.**
 2. **Hospital Regional Universitario** de Málaga.
 3. El Consistorio de la ciudad de **Marbella** será iluminado con los colores conmemorativos.
 4. El Excmo. Ayuntamiento de **Mijas** iluminará la Tenencia de la Cala.
 5. Sede **Colegio Oficial de Enfermería** de Málaga
 6. Excmo. Ayuntamiento de **Fuengirola**

Consejos para una buena salud renal

Para reducir el riesgo de tener Enfermedad Renal Crónica, se ofrecen estas 8 reglas o recomendaciones básicas:

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 anti inflamatorios 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

Por último, también se está promoviendo un reto común consistente en hacerse fotografías con los puños cerrados para señalar la ubicación de los riñones y compartirlo en las redes sociales bajo el hashtag #showyourkidneys.

Para información/gestión de entrevistas, contactar con Josefa Gómez, Presidenta de ALCER Málaga

Teléfono 638 13 42 93 // 677 06 55 65 – Email: info@alcermalaga.org