

Mi Tratamiento: Albúmina

La albúmina es una proteína producida en el hígado que corre por la sangre. Está evita que los fluidos de la sangre filtren a los tejidos y también tiene funciones que ayudan a Manter una buena salud. La albúmina baja (menos de 3.8) puede ser una señal de enfermedad, infección y/o inflamación en el cuerpo. Para pacientes con diálisis, es preferible que tenga la albúmina sèrica (sangre) de 4.0 g/dl más. Su nutricionista o equipo de atención médica puede ayudarlo si tiene la albumina baja, puede enseñarle sobre nutrición y ayudarlo por si surge algún problema médico.



¿Qué hace la albúmina?



Proporciona la proteína necesaria para mantener el crecimiento y reparar tejidos.



Ayuda a extraer el exceso de líquido de los tejidos inflamados al torrente sanguíneo, donde se puede eliminar durante la diálisis.



Transporta nutrientes, hormonas y medicamentos en la sangre.



Ayuda con la coagulación de la sangre.



Ayuda a producir anticuerpos que combate enfermedades.



Apoya la fuerza y el movimiento de los músculos.

Señales de Albúmina Baja



Hinchazón



Dificultad para combatir las infecciones



Mantenerse cansado



Cicatrización deficiente de heridas



Debilidad muscular

¿Qué causa la baja albúmina?

Hay muchas razones por las que un nivel de albúmina puede bajar. Incluyendo:

- **Mala nutrición**, no comer suficiente proteína. La proteína se encuentra en carnes, productos lácteos y huevos, así como en frijoles, nueces y semillas. Motivos potenciales:
 - Falta de apetito. Esto puede deberse a una diálisis deficiente (un Kt/V bajo), enfermedades, efectos secundarios de su tratamiento o sensación de depresión.
 - No poder alimentarse con suficiente proteína.
 - Alergias alimentarias y/o no saber qué alimentos comer.
 - Dificultad para masticar y/o tragar.

¿Qué causa la baja albúmina? (cont.)

- **Inflamación**—se puede notar el área roja, hinchada, dolorosa o caliente.
 - La inflamación repentina puede ser causada por una infección de su acceso, pie infectado, enfermedad de las encías, infección del tracto urinario, ataque cardíaco o cirugía reciente.
 - Inflamación crónica, debido a artritis, cáncer, lupus o diabetes sin control.
- **Falta de proteína**
 - Trastornos digestivos que afectan la forma en que el cuerpo absorbe las proteínas.
 - Con algunos tipos de enfermedades renales, es posible que se pierdan proteínas en la orina.
 - Con la diálisis peritoneal, alguna proteína atraviesa la membrana peritoneal y sale del cuerpo en el dializado (la solución drenada de la cavidad peritoneal).
 - Enfermedad hepática (la proteína se produce en el hígado) o pérdida de sangre.
- **Líquido adicional** almacenado en los tejidos del cuerpo.

¿Cómo puedo mejorar mi albúmina?

Mejorar la albúmina es mucho más que solo comer más proteína. También significa manejar problemas médicos de la mejor manera. Algunas ideas para mejorar albúmina:



Hagase diálisis adecuada. La diálisis limpia la sangre, elimina exceso de líquidos, y mejora su apetito. Asegúrese de ir a todos sus tratamientos y hacerlos por completo.



Hable con su nutricionista. Obtenga ayuda para hacer metas, encontrar patrones de alimentación y opciones de alimentos de acuerdo a su preferencias y necesidades.



Visite a su dentista con regularidad. La mala salud dental reduce la albúmina y lo pone en riesgo de tener otros problemas de salud graves, incluidos problemas cardíacos.



Maneje los problemas de salud rápidamente. Las infecciones, heridas, diarrea persistente y otros problemas de salud a menudo pueden tratarse con la ayuda de un experto.



Pida ayuda. Informe a su equipo de diálisis si necesita ayuda para obtener alimentos. Puede haber programas de nutrición, entregas de comidas y despensas de alimentos que pueden ayudarlo.

Mis preguntas: Pregúntele a su Equipo de Atención

- ¿Qué puedo hacer para mejorar mi albúmina?
- ¿Cuánta proteína debo comer cada día?
- ¿Qué puedo hacer si no me gusta la carne?

esrd.qsource.org

This material was prepared and distributed by Qsource ESRD Networks, under contract with the Centers for Medicare & Medicaid Services, an agency of the U.S. Department of Health and Human Services (contract numbers HHSM-500-2016-00010C and HHSM-500-2016-00012C). The contents presented do not necessarily reflect CMS policy. 19.Q-ESRD.05.030-B

