

Mi tratamiento: Enfermedad Ósea Renal

Los riñones sanos previenen la acumulación de desechos y exceso de líquido (agua) en su cuerpo. Los riñones también ayudan a equilibrar los minerales (calcio y fósforo) en la sangre y producen hormonas para mantener fuertes los huesos. Cuando sus riñones ya no funcionan lo suficientemente bien para realizar estas funciones, pueden causar problemas de salud graves, como enfermedad ósea renal. Los huesos pueden adelgazarse, debilitarse y es posible que sienta dolor. Para asegurarse de que el calcio y el fósforo estén equilibrados en su cuerpo, se controlarán en sus laboratorios mensuales. Saber cómo funcionan los minerales de su cuerpo y qué se puede hacer para mantenerlos equilibrados puede ayudarlo a prevenir problemas de salud graves.



¿Cómo funcionan el calcio, el fósforo y la hormona paratiroidea en el cuerpo?

Ca

El calcio ayuda a producir hormonas y permite que sus músculos y vasos sanguíneos trabajen bien.

P

El fósforo es necesario para el crecimiento y la reparación de los tejidos, le permite producir y utilizar energía.

PTH

La hormona paratiroidea (PTH) es liberada por la glándula paratiroidea y ayuda a mantener el equilibrio adecuado entre el calcio y el fósforo en la sangre

El calcio y el fósforo son minerales duros que se encuentran principalmente en huesos y dientes. Por lo general, solo una pequeña cantidad de cada uno de ellos se encuentra en el torrente sanguíneo para otras tareas corporales importantes. Cuando los riñones no pueden mantener el calcio y el fósforo en equilibrio en la sangre, se produce una enfermedad ósea renal.

¿Qué sucede cuando el calcio y el fósforo están desequilibrados?

Varias cosas suceden a medida que su función renal disminuye, incluyendo:

1. Sus riñones producen menos vitamina D, la hormona que ayuda a su cuerpo a absorber el calcio y lo mueve desde su intestinos a la sangre.
2. Sus riñones no eliminan suficiente fósforo y se acumula en la sangre.
3. El fósforo adicional en la sangre extrae el calcio de los huesos y los debilita.
 - El calcio y el fósforo adicionales en la sangre pueden provocar calcificación. La calcificación es el endurecimiento de los vasos sanguíneos (arterias) y los órganos (corazón, pulmones, cerebro, ojos, tejidos) como los huesos y esto puede provocar problemas de salud graves.
4. Los niveles altos de fósforo pueden hacer que bajen los niveles de calcio. Cuando el nivel de calcio está bajo suelta PTH a la sangre.
 - La PTH mueve el calcio de los huesos a la sangre.
 - Demasiada PTH puede hacer que sienta picazón.
 - Con el tiempo, la pérdida de calcio puede causar osteodistrofia, que hace que sus huesos sean frágiles y débiles.

¿Qué debo saber y hacer?



La comida es importante. Casi todos los alimentos que comes contiene algo de fósforo natural. Alimentos procesados (alimentos que han sido enlatados, congelados, envasados o preservados) tienen fósforo aditivos en ellos. Estos aditivos se absorben en gran medida en la sangre y se cree que son más dañinos que los alimentos que contienen fósforo natural.

- Limite la cantidad de fósforo en su dieta.
- Hable con su nutricionista para entender buenas opciones para comer y entender las etiquetas de los alimentos.



La diálisis no puede eliminar todo el fósforo extra de la sangre, pero sí juega un papel en el control del fósforo.

- Si se hace hemodiálisis, su médico puede cambiar su dosis de diálisis para ayudar a controlar el nivel de fósforo en la sangre. Además el doctor puede aumentar los flujos sanguíneos, la cantidad de tiempo que está en diálisis o el número de sesiones.
- Si está en diálisis peritoneal, su médico puede cambiar la cantidad de solución de diálisis o aumentar la cantidad de llenados cada día.
- Haga sus tratamientos de diálisis de acuerdo con su órdenes del médico.



Los medicamentos pueden proteger los huesos al restaurar el equilibrio adecuado de minerales y hormonas.

- Su médico puede recetarle un “quelante” de fosfato para tomar con sus comidas. Este medicamento se unirá al fósforo de la comida y controlará la cantidad que realmente se absorbe en la sangre.
- Tome el quelante recetado con todas sus comidas.



Revise sus resultado del laboratorios mensualmente para monitorear su progreso y equilibrio entre su calcio y fósforo.

- Hable con su nutricionista y su médico de sus metas de laboratorio y lo que puede hacer para mantener y/o mejora sus niveles.

Mis Preguntas: Pregúntele a su Equipo de Atención

- ¿Qué debo hacer para mantener mis huesos sanos?
- ¿Cuáles son algunos de los alimentos con bajo contenido de fósforo que puedo comer?
- ¿Qué sucede si no tomo los quelantes con las comidas?

Source: <https://www.niddk.nih.gov/health-information/kidney-disease/kidney-failure/what-is-kidney-failure>. January 2018. This content is provided as a service of the National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK), part of the National Institutes of Health.

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.05.039-sp



For more information or to file a grievance, please contact

ESRD Network 10: 911 E. 86th St., Suite 30 | Indianapolis, IN 46240 | Toll Free Patient Line (800) 456-6919 | ESRDNetwork10@qsource.org

ESRD Network 12: 2300 Main St., Suite 900 | Kansas City, MO 64108 | Toll Free Patient Line (800) 444-9965 | ESRDNetwork12@qsource.org