

# Mi Tratamiento: ¿Por qué son importantes los líquidos?



Cuando sus riñones ya no funcionan bien, dejan de eliminar los desechos y el líquido de su cuerpo a través de la orina. Esto puede causarle problemas de salud como dificultad para respirar, hinchazón y aumento de peso. Durante la diálisis, la máquina ayuda a eliminar algunos de los desechos y el líquido. Limitar la cantidad de líquidos que ingiere entre tratamientos puede ayudarlo a sentirse mejor antes, durante y después de la diálisis. Lea más para saber por qué los líquidos son importantes para su tratamiento de diálisis y algunos consejos para mantenerse saludable.

## ¿Cómo elimina el líquido la diálisis?



Cuando sus riñones fallan, produce menos orina. Esto significa que los líquidos solo se pueden eliminar de la sangre durante la diálisis.

La mayor parte del líquido corporal se encuentra dentro de las células. Durante la diálisis, se extrae líquido del torrente sanguíneo. Para mantener el equilibrio, el líquido se mueve entre los espacios lentamente con el tiempo, pasando de las células al espacio entre las células y luego a la sangre. Un tratamiento de diálisis que elimina demasiado líquido o lo elimina demasiado rápido es perjudicial. Puede hacer que no se sienta bien durante el tratamiento y dañar sus órganos.

## ¿Qué son el peso líquido y el peso en seco?



El peso líquido es el peso que aumenta entre los tratamientos y se encuentran en lo que usted come y bebe. La cantidad de líquido que aumenta es diferente dependiendo de si usted orina o no. Si aumenta mucho será más difícil eliminarlo durante su tratamiento.



El peso seco es su masa corporal (peso) sin exceso de líquido. Su médico determina su peso seco al observar su peso anterior, su respiración, cualquier hinchazón que tenga y su presión arterial. Con el tiempo, puede aumentar de peso corporal y esto puede requerir un cambio en su peso seco. Algunas razones por las que su peso corporal puede cambiar:

- Puede aumentar de peso si su apetito mejora cuando toma suficiente diálisis.
- Puede perder peso si se enferma o lo internan en el hospital.

## ¿Cuánto líquido eliminará haciendo diálisis?

Se le pesa cada vez antes de su tratamiento y se registra en kilogramos. Este número se compara con su “peso seco” y el peso de su último tratamiento. Estos pesos pueden ser los mismos o pueden ser un poco diferentes. Esto se usa para determinar la cantidad de líquido que se debe extraer durante diálisis.

## ¿Qué puede suceder si eliminas demasiado líquido o lo elimina demasiado rápido durante la diálisis?



Presión arterial baja



Dolor de cabeza



Calambres



Mareos



Náuseas/vómitos



Sentirse mal por horas

Cuando se elimina demasiado líquido demasiado rápido, puede dañar sus órganos al privarlos de oxígeno.

[esrd.qsource.org](http://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.05.034-B

## ¿Qué puedo hacer?



Haga un plan con su nutricionista para control de líquidos con su dieta. Para ideas, consulte en la página “[Mi Plan: ¿Cómo Controlar Líquidos?](#)”.

- Vigile cuánto bebe y come. Hay líquido en muchas cosas que comemos, como yogur, sopas y lechuga.
- Limite la cantidad de sal que usa. La sal también está en muchos alimentos y hace que mantengamos líquido en el cuerpo.



Acuda a todos sus tratamientos y quédese el tiempo completo.



Considere sus opciones de tratamiento. Diálisis en el hogar, diálisis diaria o la diálisis nocturna puede ayudarle a extraer más líquido lentamente y minimizar síntomas.



Si su médico le ordena diuréticos o píldoras de agua tome los de acuerdo a sus instrucciones.



Para asegurarse que lo pesen correcto:

- Usar el mismo tipo de ropa cuando se pesa durante la diálisis;
- Vacíese la vejiga y el intestino antes de pesar; y
- Repita su peso si no está de acuerdo.

## Mis Preguntas: Pregúntele a su Equipo de Atención

- What can I do to keep my correct weight?
- I have trouble with my weight, what can I do?
- I have swelling and sometimes get short of breath, what could be the problem?
- Does dialysis help me lose body weight?



For more information or to file a grievance, please contact:

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

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