



¿Qué es la Nefropatía diabética?

Es un tipo de falla renal que se da por descontrol crónico de la diabetes, en este padecimiento los riñones no pueden llevar a cabo de manera adecuada sus funciones y se presenta acumulación de sustancias tóxicas en el organismo (Fig 1).

¿Cuáles son las causas de la Nefropatía diabética?

- Niveles altos y persistentes de glucosa
- Coexistencia de hipertensión arterial
- Antecedentes familiares de enfermedad renal
- Tabaquismo

¿Cómo se manifiesta la nefropatía diabética?

La nefropatía en su primera etapa presenta microalbuminuria (presencia de una proteína llamada albúmina en orina, con valores de 30 a 300 mg/día), en su segunda etapa se presenta albuminuria franca (>300mg/día) y posteriormente sobreviene la última etapa con presencia de insuficiencia renal. Clínicamente usted puede presentar malestar general, náusea, orina espumosa, hinchazón en extremidades.

¿Qué hacer ante la sospecha de una nefropatía diabética?

Acuda a la brevedad con su médico, el determinará las medidas a seguir. Debe realizarse una determinación para microalbuminuria al menos una vez al año.

¿Cuáles son las complicaciones más comunes de la nefropatía?

- Insuficiencia renal grave
- Anemia
- Hipertensión arterial severa
- Infecciones frecuentes
- Peritonitis en caso de tratamiento con diálisis

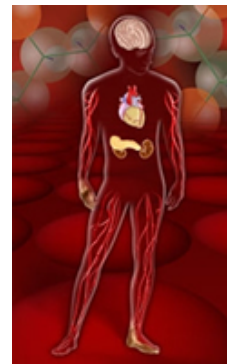


Fig 1

¿Cuál es el tratamiento de la Nefropatía diabética?

- Control estricto de la glucosa, presión arterial y colesterol o triglicéridos altos
- Restricción de proteínas en la dieta (ajuste que lo llevará a cabo un licenciado en nutrición)
- Medicamentos específicos prescritos por el médico
- Diálisis en caso avanzado de Nefropatía

¿Cómo puedo prevenir la aparición de nefropatía diabética?

- Mantenga los niveles de glucosa en valores por debajo de 110 mg/dl y su presión arterial por debajo de 130 sobre 80.
- Lleve un plan de alimentación y actividad física supervisado
- No ingiera ningún tipo de medicamento, té de hierbas, preparados o vitaminas sin la autorización médica
- Cumpla con las citas y estudios recomendados

BIBLIOGRAFIA PARA PACIENTES

1. Sociedad Mexicana de Nutrición y Endocrinología, Manual de ayuda de "La consulta en Diabetes", 2006 Editora Científica Médica Latinoamericana S.A de C.V.
2. www.abcmedicus.com