

Nefropatía Diabética



La nefropatía diabética es una afección renal que puede aparecer como consecuencia de la diabetes, afectando el funcionamiento de los riñones en quienes la padecen. Esto ocurre cuando el nivel de glucosa en sangre y otros factores asociados a la diabetes, no han sido controlados. Una vez aparece la nefropatía diabética es prácticamente irreversible, por lo que, es muy importante la detección temprana para evitar el progreso una vez sea diagnosticada.

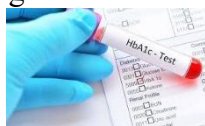
Causas

Con el tiempo, si la diabetes no está controlada, puede causar daño a los vasos sanguíneos de los riñones, los cuales filtran los desechos de la sangre. Esto puede causar presión arterial alta y daño renal. Entre los factores que contribuyen al desarrollo de la nefropatía diabética se encuentran:

Tiempo de evolución de la diabetes. La nefropatía aparece en el 50% de los pacientes después de 20 años del comienzo de la diabetes.

Hipertensión arterial. Es el factor de riesgo más importante para el desarrollo de la nefropatía en personas con diabetes.

Hemoglobina glicosilada. Existe una relación entre el grado de control de la glucemia medido por el porcentaje de hemoglobina glicosilada y las lesiones microvasculares.



Hiperlipoproteinemia. Es un trastorno genético que provoca que el nivel de colesterol en sangre sea alto, lo que puede empeorar la diabetes.

Obesidad. Es el exceso de grasa en el cuerpo, provocado por los hábitos alimentarios, pudiera provocar que los niveles de glucosa en sangre se descontrolen.

Síntomas

En las primeras etapas, es muy posible que no se observe ningún signo ni síntoma.

En etapas posteriores, podrían presentarse:

- Hinchazón de las piernas
- Falta de aire
- Pérdida de apetito
- Náuseas y vómitos
- Picazón en la piel
- Fatiga la mayor parte del tiempo



Diagnóstico

La nefropatía diabética suele ser diagnosticada durante las pruebas de rutina que forman parte del control de la diabetes, entre estas:

Prueba de albúmina en la orina. Esta prueba puede detectar si hay demasiada proteína de albúmina, lo que es un signo de daño renal.

Filtración glomerular estimada (eGFR, por sus siglas en inglés) evalúa cómo los riñones filtran los desechos de la sangre.

Tratamiento

- El tratamiento principal para la nefropatía diabética consiste en medicamentos para reducir la presión arterial y prevenir o retrasar el daño renal.

- El médico podrá sugerir realizar cambios en el estilo de vida para controlar los niveles de lípidos y de glucosa. Mantener un peso saludable y practicar alguna actividad física regularmente.
- En casos de nefropatía diabética instaurada, es recomendable reducir la cantidad de proteínas en la dieta, siguiendo un plan de alimentación específico.
- Es posible que sea necesario recurrir a la diálisis una vez que se desarrolle la enfermedad renal en estado terminal. En esta etapa, se debe considerar la posibilidad de un trasplante de riñón.

Prevención

- Trate la condición de diabetes siguiendo las indicaciones del médico. Con un tratamiento eficaz, es posible prevenir o retrasar la nefropatía diabética.
- Acuda a las citas médicas con su médico, periódicamente.
- Controle la presión arterial alta y otras enfermedades.



- Asesórese con su médico antes de utilizar algún medicamento que no haya sido indicado para usted.
- Mantenga un peso saludable. Si necesita perder peso, hable con su médico sobre estrategias para lograrlo, tales como aumentar la actividad física diaria y la alimentación balanceada.
- No fume. El hábito de fumar cigarrillos puede dañar sus riñones y empeorar el daño renal existente.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica
1-844-347-7801
TTY/TDD 1-844-347-7804

APS Health
787-641-9133

Referencias

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000494.htm>

<https://www.merckmanuals.com/es-us/professional/trastornos-urogenitales/glomerulopat%C3%ADas/nefropat%C3%ADas-diab%C3%A9tica>

Preparado por Educadores en Salud Licenciados.

Revisado en julio 2025.

©First Medical Health Plan, Inc.