

Enfermedad Renal Crónica



La enfermedad renal crónica (ERC), también conocida como insuficiencia renal crónica (IRC) o nefropatía crónica, se caracteriza por la pérdida gradual de la función de los riñones. Como consecuencia, estos órganos no pueden eliminar de manera adecuada los líquidos, sustancias químicas y desechos de la sangre a través de la orina.

¿Cuáles son los factores de riesgo de desarrollar la ERC?

- Diabetes
- Enfermedades cardíacas
- Hipertensión arterial
- Sobrepeso
- Antecedentes familiares de enfermedad renal
- Edad avanzada
- Hábito de fumar
- Consumo frecuente de medicamentos

¿Cuáles son sus síntomas?

Los primeros síntomas son similares a los de otras enfermedades. Estos incluyen: náuseas, falta de apetito, dolor de cabeza, pérdida de peso, entre otros.

Sin embargo, si la función renal se ha deteriorado, los síntomas son: dolor de huesos, sed excesiva, hipo frecuente, vómitos, problemas para respirar, entre otros.



¿Cómo se diagnostica la enfermedad renal crónica?

La enfermedad renal crónica se diagnostica a través de:

- Examen del sistema nervioso y análisis de sangre
- Ultrasonido del abdomen o del riñón
- Resonancia magnética del abdomen
- Tomografía computarizada del abdomen
- Biopsia de riñón

¿Qué tratamientos existen para la enfermedad renal crónica?

La meta del tratamiento es controlar los síntomas y prevenir que la enfermedad empeore. Puede necesitar lo siguiente:

- **Medicamentos.** Estos pueden disminuir la presión arterial y eliminar el líquido acumulado. También podría recibir medicamentos para controlar otras condiciones médicas asociadas, como la anemia, la diabetes y las enfermedades cardíacas.
- **Diálisis.** Tratamiento para eliminar los químicos y desperdicios de su sangre cuando sus riñones ya no pueden realizar esta función.
- **Trasplante de riñón.** A través de una cirugía, el riñón será reemplazado por uno nuevo.

Estadios de la Enfermedad Renal

Etapa de la Enfermedad Renal	Tasa de filtración glomerular	Función renal
Etapa 1	90 o superior	Función renal saludable
Etapa 2	De 60 a 89	Pérdida leve de la función renal
Etapa 3a	De 45 a 59	Pérdida leve a moderada de la función renal
Etapa 3b	De 30 a 44	Pérdida moderada a grave de la función renal
Etapa 4	De 15 a 29	Pérdida grave de la función renal
Etapa 5	Menos de 15	Insuficiencia renal

¿Cómo prevenir la enfermedad renal crónica?

- Manteniendo un peso saludable. Conozca cuál es su peso adecuado. Si está en sobrepeso, puede solicitar un plan de alimentación adecuado para su condición. Consulte con un nutricionista.
- Ejercitándose. De acuerdo con las indicaciones de su médico, realice al menos 30 minutos al día, 4 veces por semana.
- Alimentación saludable. Consuma alimentos bajos en sodio (sal), potasio, fósforo o proteína.
- Hidrátese
- Controle sus enfermedades existentes.
- No fume y limite el consumo de alcohol.
- Visite a su médico y utilice los medicamentos según recetados.



Recuerde

La enfermedad renal crónica es la pérdida gradual y permanente de la función de los riñones. El tener hipertensión arterial alta por mucho tiempo, diabetes o una enfermedad autoinmunitaria como el lupus puede dañar los riñones. Si los resultados de las pruebas señalan posibles problemas en los riñones, es probable que lo refieran a un nefrólogo, el cual es el médico especializado en enfermedades renales.

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://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/chronic-kidney-disease/diagnosis-treatment/drc-20354527>
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/00471.htm>

Preparado por Educadores en Salud Licenciados.
Revisado en febrero 2026.
©First Medical Health Plan, Inc.