



## Nefropatía diabética

Si padece de diabetes, su nivel de azúcar en sangre es muy elevado. Esto puede afectar muchas partes del cuerpo, incluyendo los riñones. En los riñones sanos, unos pequeños vasos sanguíneos llamados glomérulos, filtran los desechos corporales. Los glomérulos tienen orificios que son lo suficientemente grandes para permitir que los desechos corporales pasen hacia la orina. Si los riñones están dañados, los desechos y los líquidos se acumulan en la sangre en lugar de ser expulsados por el organismo a través de la orina.

### Datos sobre la nefropatía diabética

Nefropatía es el nombre que se le asigna a las alteraciones que se producen en los riñones de las personas que padecen diabetes. Forma parte de las complicaciones crónicas de la diabetes.

### Causas de la nefropatía

Es una consecuencia de la diabetes. También es más probable si la persona fuma o tiene presión arterial elevada.

### Síntomas

Generalmente no presenta síntomas hasta que el daño renal es grave. A medida que progresa los síntomas pueden incluir:

- Hinchazón de los pies y tobillos
- Debilidad
- Pérdida del apetito
- Dolor de estómago
- Insomnio y dificultad para dormir
- Confusión y dificultad para pensar

### Pruebas para diagnosticarla

**Prueba de albúmina en la orina:** esta prueba detecta proteína en la orina.

**Proporción albúmina – creatinina:** esta prueba compara la cantidad de albúmina con la cantidad de creatinina en la orina. La creatinina es una sustancia química de desecho que los riñones sanos eliminan de la sangre.

**Tasa de filtración glomerular (GFR):** esta prueba evalúa el funcionamiento de los riñones al medir la creatinina y calcular la rapidez con la que los riñones filtran la sangre.

Una vez se diagnostica la nefropatía diabética es prácticamente irreversible, por tanto, es importante la detección temprana para evitar su progresión.

### Prevención

La mejor manera de prevenir la nefropatía diabética es mantener el nivel de glucosa en sangre regulado y controlar el nivel de la presión arterial, ya que puede conducir a una disminución de la función renal. Mantener una buena alimentación y realizar actividad física de manera regular puede ayudar a regular sus niveles de glucosa y presión arterial.

### 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 médico, por favor visite 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 Healthcare

787-641-9133

### Referencias:

<https://medlineplus.gov/spanish/diabetickidneyproblems.html>

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/diabetic-nephropathy/diagnosis-treatment/drc-20354562>

Preparado por Educadores en Salud Licenciados.  
Creado en junio 2022. ©First Medical Health Plan, Inc.