

There are no translations available.

En este año, la recordación del Día Mundial del Riñón y el Día Internacional de la Mujer, coinciden en fecha, 8 de marzo; por lo que a decir de la Dra. Noralma Mosquera, Jefa de Nefrología del Hospital Luis Vernaza de la Junta de Beneficencia de Guayaquil, es una oportunidad para reflexionar sobre la importancia de la salud de las mujeres y específicamente su salud renal.

El riesgo de desarrollar Enfermedad Renal Crónica (ERC) es casi tan alto en las mujeres como en los hombres, siendo un poco mayor en mujeres. Según algunos estudios, la ERC tiene una prevalencia promedio del 14% en las mujeres y del 12% en los hombres. Sin embargo, el número de mujeres en diálisis es menor que el número de hombres.

Algunas enfermedades renales son más comunes en mujeres, como la nefropatía lúpica o la infección renal aguda o crónica. La primera es causada por una enfermedad autoinmune y la segunda es una infección potencialmente grave que afecta a uno o ambos riñones. Las infecciones renales, como la mayoría de las infecciones del tracto urinario, son más comunes en las mujeres y el riesgo aumenta durante el embarazo.

Durante el embarazo, la ERC se considera un factor de riesgo para el resultado adverso del embarazo y la fertilidad reducida. Las mujeres que tienen enfermedad renal crónica corren un mayor riesgo de tener resultados negativos para la madre y el bebé; los embarazos en mujeres con ERC avanzada son los más desafiantes con altas tasas de trastornos hipertensivos y nacimientos prematuros. Pueden tener fertilidad reducida, pero la concepción es posible, incluso si es poco frecuente en diálisis.

Existe una clara necesidad de una mayor conciencia sobre la ERC en el embarazo; a su vez, las complicaciones relacionadas con el embarazo como la pre eclampsia, el aborto séptico y la hemorragia postparto, aumentan el riesgo de enfermedad renal.

La Dra, Noralma Mosquera, recomienda 8 Reglas de Oro para la buena salud renal:

Mantenerse en forma y activo

mantener un control regular de los niveles de glucosa

Mantener una alimentación saludable y el peso bajo control

Mantener una ingesta de líquidos saludables

NO automedicarse

NO fumar