

## SALUD Y CALIDAD DE VIDA

### AFECTADOS DE RIÑÓN

# La vida con diálisis a la espera de un trasplante renal

Algunos especialistas han definido la Insuficiencia Renal Crónica (IRC) como la epidemia silenciosa de ese siglo • Hasta la recepción del órgano, el afectado lleva una vida marcada por las restricciones y la dependencia continua de una máquina

#### Paola García Costas

Una encuesta reveló que tan sólo el 9% de los entrevistados sabía quién era el nefrólogo (el médico especialista que se ocupa del riñón), a diferencia del 89% que sabía quién era el cardiólogo (el médico especializado en las enfermedades del corazón). Este dato sobre el desconocimiento popular ilustra los motivos por los que los especialistas alarman sobre la existencia de una epidemia oculta, la insuficiencia renal (IR).

El cuerpo humano alberga dos riñones, y cada uno tiene aproximadamente un millón de nefronas: las piezas claves. A través de sus glomérulos se filtra la sangre eliminándose los productos de desecho como el potasio, el

## 180

#### LITROS DE SANGRE AL DÍA

Las nefronas, componentes clave de los riñones, limpian 180 litros de sangre al día de los cuales se reabsorben 178

ácido y la urea. En conjunto filtran 180 litros de sangre al día, de los cuales se reabsorben 178. Por ello, la insuficiencia renal crónica produce una acumulación de líquidos y productos de desechos nitrogenados en la sangre (azotemia) que puede generar una afectación sistémica en el organismo.

Esta enfermedad afecta a más de dos millones de españoles, y al evolucionar sin aparente dolor permanece silenciada mucho tiempo. Entre las causas de la IRC, la diabetes y la hipertensión arterial son responsables de la mayoría de los casos. Dependiendo del grado de insuficiencia padecido, valorados del 1 al 5, los tratamientos varían. En los primeros estadios (3-4) el objetivo es controlar los síntomas, reducir las complicaciones y retrasar el progreso de la enfermedad. Sin embargo, en el último (5) la diálisis o el trasplante son necesarios para poder vivir un día más.

#### TESTIMONIOS

#### Juan Antonio Peral

AFECTADO EN HEMODIÁLISIS

**"La dependencia a una máquina en el tratamiento te coarta la vida a ti y tu familia. Para viajar tenemos que programar ir a lugares donde haya centros y plazas para dializarme".**



#### María José Moreno

AFECTADA EN HEMODIÁLISIS

**"Llevo 26 años dializandome, desde que era una niña, por eso lo he interiorizado en mi vida con normalidad. Pero no suele ser lo típico, hoy el trasplante está a la orden del día".**

#### Luis Hidalgo

TRASPLANTADO RENAL

**"Estoy muy contento con mi nuevo órgano. He ganado en calidad de vida, por eso lo cuido y siempre estoy atento de que no enferme. Sigo hábitos saludables".**



María José Moreno tiene 36 años, y le diagnosticaron IR cuando era una niña de 9. Lleva en diálisis 26 años, "aunque no me gusta decirlo mucho porque mis compañeros se asustan al pensar que en ellos también pueda transcurrir tanto tiempo", aclara María José. Ella va tres veces a la semana a un centro, donde se dializa durante cuatro horas, "en ese período veo la televisión, leo, y sobre todo, hablo mucho con otros afectados que se han convertido en mis amigos. Es un hábito más que he interiorizado, como ir a trabajar por las mañanas", explica. De las diferencias en la hemodiálisis de antes y de ahora sus casi tres décadas de tratamiento son testigos, "ha cambiado muchísimo, antes eran fre-

cuentes los vómitos, los mareos, lo pasabas muy mal en la hemodiálisis. Ahora en cambio, estos síntomas raramente aparecen. Sin embargo, pienso que deberían continuar investigando para no ser dependientes de una máquina", describe María José. En hemodiálisis, la sangre del paciente se pasa a través de un sistema de tuberías (un circuito de diálisis) de la máquina. La sangre pasa en un lado de una membrana semipermeable, y un líquido de diálisis pasa en el otro lado. Una vez la sangre está limpia retorna al cuerpo.

Juan Antonio Peral conoce bien este circuito desde hace tres años que empezó con la hemodiálisis. Antes de padecer insuficiencia renal era mecánico y el responsable económico de su fa-

milia compuesta por 3 hijos y su esposa. Ahora es pensionista y las mañanas que no acude a dializarse, una sí y otra no, ayuda en las tareas del hogar. Su voz es tranquila, pausada, sin resistencia a los acontecimientos que describe, "la enfermedad te coarta no sólo en el mundo laboral, si no también en el ocio personal y familiar. Por ejemplo, los viajes tengo que programarlos con bastante tiempo de antelación, sólo puedo ir a lugares donde haya centros y plazas donde dializarme. No puedes coger la maleta e irte tranquilamente". Por todo ello, el deseo de Juan Antonio es muy claro, "todos los que estamos en diálisis anhelamos y anhelamos un trasplante renal".

#### José Soto Cobos

Presidente de Alcer Giralda- Giralda

**"Después de muerta una persona puede salvar siete vidas; por eso es tan importante la donación"**

José Soto cumplió cinco años de trasplantado el pasado 1 de octubre. Antes le precedieron 22 meses en hemodiálisis. "Ahora he ganado muchísimo en calidad de vida. Tengo que seguir cuidándome con hábitos saludables, pero ya no es todo tan restrictivo", explica José, de profesión cocinero, hasta que le diagnosticaron la enfermedad con 36 años, además de la dependencia a la máquina de diálisis, lo que le originaba más angustia antes del trasplante era la dieta, "no podías comerte una naranja por su alto contenido en calcio o verdura fresca por su potasio. Ahora puedo ingerir comidas más sabrosas", describe.

Luis Hidalgo, trasplantado desde abril de 2006 explica que el que recibe un órgano lo mima y lo cuida como un tesoro. "Te despiertas cada mañana dando

las gracias por tu riñón, por la posibilidad de vivir un día más. Y siempre estás pendiente de sentirlo bien, de no exigirle con dietas copiosas. Por mí iría al médico cada mes, porque supone un gran alivio cada vez que me dice que todo funciona correctamente", narra Luis. En este sentido, Isidoro Escudero trasplantado de riñón desde hace dos años, y de hígado desde hace once, también muestra los sentimientos que experimentan los receptores, "gracias a dos donantes yo he vivido ya tres vidas. No sé de quienes son los órganos ni conozco a los familiares de los donantes pero siento un profundo cariño y recuerdo por ellos. Una gratitud inmensa porque me han dado la oportunidad de seguir viviendo". Y es que tal y como concluye Pepe, "después de muerto una persona puede salvar siete vidas, y si no dona sus órganos simplemente se convierten en ceniza, se olvidan".

