



The book cover is set against a blue background. At the top, the title 'La alimentación en la enfermedad renal' is written in white. Below it, a subtitle '(Recetario práctico de cocina para el enfermo renal y su familia)' is also in white. The cover features several images: a fish on a cutting board, a bowl of soup, and a collage of various dishes. At the bottom left, the authors' names are listed: Sergio Fernández, Natividad Conde, Alberto Cayemi, and Antonio Ochando. At the bottom right, there is a small portrait of Sergio Fernández with the text 'Con la colaboración especial de Sergio Fernández, cocinero del programa de TVE Sabar Well'.

PRESS BOOK

Noviembre 2009



Hazlo bien, hazlo saber

Medios audiovisuales que publicaron la noticia



Salud

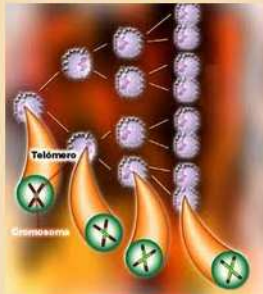
Expertos recomiendan a los pacientes con enfermedad renal crónica reducir al máximo las grasas saturadas e hidrogenadas

MADRID, 26 (EUROPA PRESS) Los pacientes con enfermedad renal crónica deben reducir al máximo la ingesta de grasas saturadas e hidrogenadas y tomar pocos hidratos simples, según informó hoy la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER) en un comunicado. Las grasas son la principal reserva de energía y pueden ser saturadas o hidrogenadas, es decir, aquellas que aumentan el colesterol. Según explicaron los expertos, deben aportar entre el 30 y el 35 por ciento de las calorías diarias, y dos tercios de ellas han de ser polisaturadas. Respecto a los hidratos de carbono, indicaron que existen dos tipos. Por un lado, los sencillos que son absorbidos por el cuerpo rápidamente y tienen su sabor dulce --frutas, leche, azúcar, miel-- y, por otro, los complejos, que se absorben más lentamente. Entre el 55 y el 60 por ciento de las calorías diarias deben provenir de hidratos de carbono y, de ellos, tan sólo el siete por ciento deben ser hidratos de carbono simples. En cuanto a las proteínas, los expertos indicaron que la cantidad recomendable es diferente en función de la etapa de la enfermedad. Así, en prediálisis se recomiendan 0,8 gramos de proteínas por cada kilo de peso al día y, en diálisis, entre uno y 1,2 gramos por cada kilo de peso al día si es hemodiálisis y entre 1,2 y 1,5 si se está en diálisis peritoneal. El fósforo, por otra parte, está muy elevado en los pacientes con enfermedad crónica renal, y puede llegar a causarle complicaciones graves hasta mortales. Por ello, señalaron que para controlar los niveles de fósforo no es suficiente con cuidar la alimentación, sino que se recomienda recurrir a medicamentos "captadores" de fósforo --quelantes--, que se unen al fósforo formando un compuesto que impide que el fósforo se absorba en el intestino, para que, así, pase menos cantidad a la sangre. El potasio, a su vez, también está elevado en estos pacientes, y se recomienda que las personas en diálisis no superen los 2.000 miligramos de potasio al día. Respecto al calcio, se suele hablar de una cantidad de entre 1.000 y 1.500 miligramos al día.

herenciageneticayenfermedad

Los avances de la medicina en el campo de la genética, por ende de la herencia, están modificando el paisaje del conocimiento médico de las enfermedades. Este BLOG intenta informar acerca de los avances proveyendo orientación al enfermo y su familia así como información científica al profesional del equipo de salud de habla hispana.

TELÓMEROS



La llave de las ciencias médicas en los próximos cien años

Archivo del blog

▼ 2009 (1571)

▼ octubre (194)

- La depresión, el estrés y la ansiedad están despla...
- ENFERMOS RENALES
- IntraMed - Artículos - Efecto de las intervencione...
- Hay una rotura de cadera cada 24 minutos
- IntraMed - Artículos - Guía de Enfermedades raras ...
- El procesamiento cerebral del lenguaje es captado ...
- Identifican las células que originan los ventrícul...
- Las recaídas de la esclerosis múltiple pueden pred...
- Desvelan un mecanismo molecular que determina la d...
- Tracoma Ocular
- Las células tumorales pueden atravesar la barrera ...
- Uno de cada cuatro ciudadanos no consulta el prosp...
- Con los datos genéticos se puede determinar el riesgo...
- Desvelan la evolución genética del cáncer de mama
- Niegan la relación directa entre menopausia e inco...
- 19 de octubre: Día Internacional del Cáncer de Mam...
- Neuronas que reconocen a "famosos"
- "Ya nadie pone en duda la utilidad de combinar PET...
- Un tercio de las mujeres rehúyen las mamografías
- Descrita recurrencia de una hepatopatía infantil
- DÍA MUNDIAL del DOLOR [VIII]: 19 de OCTUBRE - La i...
- DÍA MUNDIAL del DOLOR [VII]: 19 de OCTUBRE - La ci...
- DÍA MUNDIAL del DOLOR [VI]: 19 de OCTUBRE - Indag...
- DÍA MUNDIAL del DOLOR [V]: 19 de OCTUBRE - Dolor ...
- DÍA MUNDIAL del DOLOR [IV]: 19 de OCTUBRE - La ana...
- DÍA MUNDIAL del DOLOR [III]: 19 de OCTUBRE - La i...
- DÍA MUNDIAL del DOLOR [II]: 19 de OCTUBRE - Trata...
- DÍA MUNDIAL del DOLOR [I]: 19 de OCTUBRE - "El do...
- El 45% de los hospitalizados por gripe A la pasada...
- Investigación y nuevos métodos de detección para f...
- Varios flancos abiertos para acorralar al VIH
- la dieta salada
- Una cámara digital para estimular la memoria
- Nodrizas del siglo XXI: primer banco de leche huma...
- NADA QUE OCULTAR: hablando de lo que nos duele
- Cada vez más cirugías se hacen con el robot Da Vin...

martes 20 de octubre de 2009

ENFERMOS RENALES

ENFERMOS RENALES

Impulsado entre otros profesionales por Sergio Fernández , el cocinero de "Saber Vivir"



Nuevo sistema de elaborar las comidas para salvar las limitaciones que tienen los enfermos renales en sus comidas

Usar la tecnología de la cocina para convertir en atractiva una forma de comer llena de limitaciones como es la de los enfermos renales y desmitificar algunos alimentos tradicionalmente "prohibidos", porque utilizando ciertas técnicas pueden ser consumidos por los enfermos renales.

Este es el nuevo reto de un equipo multidisciplinar integrado por dos cocineros, un enfermero y un dietista, que pretenden "dar la vuelta a la sartén" para que el momento de comer deje de ser un recordatorio más de la enfermedad y se convierta en una forma de dar placer a los sentidos. El proyecto ha sido puesto en marcha por la Fundación Renal ALCER y cuenta con el respaldo de la Sociedad Española de Nefrología (SEN), la Sociedad Española de Enfermería Nefrológica (SEDEN) y el patrocinio de los laboratorios Shire.

Sergio Fernandez, Natividad Conde, Alberto Caverni y Antonio Ochando, se han unido para dar respuesta a una necesidad de 45.000 enfermos renales: mitigar el ansia que crea no saber qué hacer ante la situación de tener que restringir ciertos alimentos por culpa de la enfermedad, sin renunciar a la rica gastronomía de nuestro país y a disfrutar de sus exquisiteces.

Durante la celebración de las XXII Jornadas Nacionales de Enfermos Renales que tendrán lugar en Madrid los días 24 y 25 de octubre, se presentará el libro "La alimentación en la enfermedad renal (Recetario práctico de cocina para el enfermo renal y su familia)", que reúne las claves de este nuevo sistema para elaborar las comidas.

Este trabajo cuenta con aspectos hasta ahora nunca descritos, entre ellos el más importante, ofrecer soluciones culinarias para cada etapa de la enfermedad: predialisis, diálisis y trasplante. Una idea aparentemente sencilla, pero muy difícil de convertir en una realidad práctica para el día a día del enfermo renal.

Gran parte de esta nueva estrategia para normalizar el acto de comer se basa en la capacidad de "burlar" las limitaciones de productos que pueden ser consumidos por el enfermo renal. Entre las soluciones ofrecidas destacan las hortalizas de condimentación para dar sabor a las comidas sin necesidad de utilizar sal, esos "duendes de la cocina" que son las hierbas aromáticas que potencian el sabor, cómo saber aromatizar los platos con pulpas o el empleo del "bouquet garni".

Cada plato va acompañado de su correspondiente valoración nutricional que mide tanto las kilocalorías como cantidades presentes de proteínas, lípidos, hidratos de carbono, potasio, calcio, fósforo y sodio.

Entre las 70 recetas que se incluyen en este libro pensado para el enfermo renal y sobre todo para su familia, encontramos platos como estofado de judías a la canela, paella de arroz al azafrán con berberechos, pastelillos de ajetes y puerros, salteado de garbanzos con gambas y calabacín, fideos de arroz a la carbonara, ensalada de garbanzos con frutos rojos, pollo relleno con salsa de arándanos o buñuelos de fruta.

¿Por qué afecta la enfermedad renal a la alimentación?

Los riñones se encargan entre otras funciones de limpiar nuestra sangre de sustancias tóxicas. Cuando esta función se realiza por debajo del 50%, existe enfermedad renal. La alimentación en la enfermedad renal deber ir dirigida a intentar que avance lo más lentamente posible, que las comidas no aumenten mucho los niveles de algunos tóxicos en la sangre del enfermo y que al mismo tiempo este mantenga un estado nutricional adecuado.

XXII JORNADAS NACIONALES ALCER: debates, un banco y muchas novedades

Los días 24 y 25 de octubre se celebrarán en el salón de actos del Ministerio de Sanidad y Política Social las XXII Jornadas Nacionales de Enfermos Renales organizadas por la Federación Nacional ALCER. La principal novedad de este año son los debates sobre aspectos esenciales para el paciente con enfermedad renal:

• ¿Está adecuadamente informado el paciente renal? será el debate que abordará entre otros asuntos si

Nuevo sistema de elaborar las comidas para salvar las limitaciones que tienen los enfermos...

 accesomedia.com hace 11 horas 

Usar la tecnología de la cocina para convertir en atractiva una forma de comer llena de limitaciones como es la de los enfermos renales y desmitificar algunos alimentos tradicionalmente “prohibidos”, porque utilizando ciertas técnicas pueden ser consumidos por los enfermos renales. Este es el nuevo reto de un equipo multidisciplinar integrado por dos cocineros, un enfermero y un dietista, que pretenden “dar la vuelta a la sartén” para que el momento de comer deje de ser un recordatorio más de la enfermedad y se convierta en una forma de dar placer a los sentidos. El proyecto ha sido puesto en marcha por la Fundación Renal ALCER y cuenta con el respaldo de la Sociedad Española de Nefrología (SEN), la Sociedad Española de Enfermería... [\[leer la noticia completa\]](#)



PUBLICIDAD

Tecnología

Tecnología en las cocinas ayuda a los enfermos renales

☆☆☆☆☆ (0 votos)

ead

20 oct 2009 actualizado 18:57 CET :: Leído 13 veces



Compartir



Usar la tecnología de la cocina para convertir en atractiva una forma de comer llena de limitaciones como es la de los enfermos renales y desmitificar algunos alimentos tradicionalmente "prohibidos", porque utilizando ciertas técnicas pueden ser consumidos por los enfermos renales.

Este es el nuevo reto de un equipo multidisciplinar integrado por dos cocineros, un enfermero y un dietista, que pretenden "dar la vuelta a la sartén" para que el momento de comer deje de ser un recordatorio más de la enfermedad y se convierta en una forma de dar placer a los sentidos. El proyecto ha sido puesto en marcha por la Fundación Renal ALCER y cuenta con el respaldo de la Sociedad Española de Nefrología (SEN), la Sociedad Española de Enfermería Nefrológica (SEDEN) y el patrocinio de los laboratorios Shire.

Sergio Fernandez, Natividad Conde, Alberto Caverni y Antonio Ochando, se han unido para dar respuesta a una necesidad de 45.000 enfermos renales: mitigar el ansia que crea no saber qué hacer ante la situación de tener que restringir ciertos alimentos por culpa de la enfermedad, sin renunciar a la rica gastronomía de nuestro país y a disfrutar de sus exquisiteces.

Durante la celebración de las XXII Jornadas Nacionales de Enfermos Renales que tendrán lugar en Madrid los días 24 y 25 de octubre, se presentará el libro "La alimentación en la enfermedad renal (Recetario práctico de cocina para el enfermo renal y su familia)", que reúne las claves de este nuevo sistema para elaborar las comidas.

Este trabajo cuenta con aspectos hasta ahora nunca descritos, entre ellos el más importante, ofrecer soluciones culinarias para cada etapa de la enfermedad: predialisis, diálisis y trasplante. Una idea aparentemente sencilla, pero muy difícil de convertir en una realidad práctica para el día a día del enfermo renal.

Gran parte de esta nueva estrategia para normalizar el acto de comer se basa en la capacidad de "burlar" las limitaciones de productos que pueden ser consumidos por el enfermo renal. Entre las soluciones ofrecidas destacan las hortalizas de condimentación para dar sabor a las comidas sin necesidad de utilizar sal, esos "duendes de la cocina" que son las hierbas aromáticas que potencian el sabor, cómo saber aromatizar los platos con pulgas



Tras el lev
sumario d
conocienc
trama corr
Partido Po
situación?

- Bien, e
- Mal, d
implica

Ver encue

22:37h. Sa
dimisión de

21:12h. Co
producto c


21:00h. ER
Presupues

20:45h. Cit

[adn](#) » [sociedad](#)

Expertos recomiendan a los pacientes con enfermedad renal crónica reducir al máximo las grasas saturadas e hidrogenadas

Los pacientes con enfermedad renal crónica deben reducir al máximo la ingesta de grasas saturadas e hidrogenadas y tomar pocos hidratos simples, según informó hoy la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER) en un comunicado.

Europa Press  , MADRID | hace 2 minutos | [Comenta](#) | Votar   + 0 - 0 | [Imprimir](#)

Las grasas son la principal reserva de energía y pueden ser saturadas o hidrogenadas, es decir, aquellas que aumentan el colesterol. Según explicaron los expertos, deben aportar entre el 30 y el 35 por ciento de las calorías diarias, y dos tercios de ellas han de ser polisaturadas.

Respecto a los hidratos de carbono, indicaron que existen dos tipos. Por un lado, los sencillos que son absorbidos por el cuerpo rápidamente y tienen su sabor dulce --frutas, leche, azúcar, miel-- y, por otro, los complejos, que se absorben más lentamente. Entre el 55 y el 60 por ciento de las calorías diarias deben provenir de hidratos de carbono y, de ellos, tan sólo el siete por ciento deben ser hidratos de carbono simples.

En cuanto a las proteínas, los expertos indicaron que la cantidad recomendable es diferente en función de la etapa de la enfermedad. Así, en prediálisis se recomiendan 0,8 gramos de proteínas por cada kilo de peso al día y, en diálisis, entre uno y 1,2 gramos por cada kilo de peso al día si es hemodiálisis y entre 1,2 y 1,5 si se está en diálisis peritoneal.

El fósforo, por otra parte, está muy elevado en los pacientes con enfermedad crónica renal, y puede llegar a causarle complicaciones graves hasta mortales. Por ello, señalaron que para controlar los niveles de fósforo no es suficiente con cuidar la alimentación, sino que se recomienda recurrir a medicamentos "captadores" de fósforo --quelantes--, que se unen al fósforo formando un compuesto que impide que el fósforo se absorba en el intestino, para que, así, pase menos cantidad a la sangre.

El potasio, a su vez, también está elevado en estos pacientes, y se recomienda que las personas en diálisis no superen los 2.000 miligramos de potasio al día. Respecto al calcio, se suele hablar de una cantidad de entre 1.000 y 1.500 miligramos al día.

Expertos recomiendan a los pacientes con enfermedad renal crónica reducir al máximo las grasas saturadas e hidrogenadas

26/10/2009 - 16:56



Puntúa la noticia : 1 10 + Nota de los usuarios: - (0 votos)

Los pacientes con enfermedad renal crónica deben reducir al máximo la ingesta de grasas saturadas e hidrogenadas y tomar pocos hidratos simples, según informó hoy la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER) en un comunicado.

MADRID, 26 (EUROPA PRESS)

Las grasas son la principal reserva de energía y pueden ser saturadas o hidrogenadas, es decir, aquellas que aumentan el colesterol. Según explicaron los expertos, deben aportar entre el 30 y el 35 por ciento de las calorías diarias, y dos tercios de ellas han de ser polisaturadas.

Respecto a los hidratos de carbono, indicaron que existen dos tipos. Por un lado, los sencillos que son absorbidos por el cuerpo rápidamente y tienen su sabor dulce --frutas, leche, azúcar, miel-- y, por otro, los complejos, que se absorben más lentamente. Entre el 55 y el 60 por ciento de las calorías diarias deben provenir de hidratos de carbono y, de ellos, tan sólo el siete por ciento deben ser hidratos de carbono simples.

Enlaces relacionados

Expertos en gerontología recomiendan la asistencia multidisciplinar a los mayores afectados por demencias (16/10)

Expertos recomiendan la cirugía mayor ambulatoria como alternativa a la hospitalización convencional (2/10)

Recomendados:

- [Videos Tu.Tv](#)
- [Inmobiliaria](#)
- [Páginas amarillas](#)
- [Callejero](#)

Tira-Penaltys gratis

hispavista



[Últimas noticias](#)

[Nacional](#)

[Internacional](#)

Sociedad

[Economía](#)

[Deportes](#)

[Cultur](#)

[Noticias Generales](#)

[Noticias de Sanidad](#)

[Noticias de Suceso](#)

Noticias de Sanidad del 26 de Octubre de 2009

Expertos recomiendan a los pacientes con enfermedad renal crónica reducir al máximo las grasas saturadas e hidrogenadas



Los pacientes con enfermedad renal crónica deben reducir al máximo la ingesta de grasas saturadas e hidrogenadas y tomar pocos hidratos simples, según informó hoy la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER) en un comunicado.

Las grasas son la principal reserva de energía y pueden ser saturadas o hidrogenadas, es decir, aquellas que aumentan el colesterol. Según explicaron los expertos, deben aportar entre el 30 y el 35 por ciento de las calorías diarias, y dos tercios de ellas han de ser polisaturadas.

Respecto a los hidratos de carbono, indicaron que existen dos tipos. Por un lado, los sencillos que son absorbidos por el cuerpo rápidamente y tienen su sabor dulce –frutas, leche, azúcar, miel– y, por otro, los complejos, que se absorben más lentamente. Entre el 55 y el 60 por ciento de las calorías diarias deben provenir de hidratos de carbono y, de ellos, tan sólo el siete por ciento deben ser hidratos de carbono simples.

En cuanto a las proteínas, los expertos indicaron que la cantidad recomendable es diferente en función de la etapa de la enfermedad. Así, en prediálisis se recomiendan 0,8 gramos de proteínas por cada kilo de peso al día y, en diálisis, entre uno y 1,2 gramos por cada kilo de peso al día si es hemodiálisis y entre 1,2 y 1,5 si se está en diálisis peritoneal.

El fósforo, por otra parte, está muy elevado en los pacientes con enfermedad crónica renal, y puede llegar a causarle complicaciones graves hasta mortales. Por ello, señalaron que para controlar los niveles de fósforo no es suficiente con cuidar la alimentación, sino que se recomienda recurrir a medicamentos "captadores" de fósforo –quelantes–, que se unen al fósforo formando un compuesto que impide que el fósforo se absorba en el intestino, para que, así, pase menos cantidad a la sangre.

El potasio, a su vez, también está elevado en estos pacientes, y se recomienda que las personas en diálisis no superen los 2.000 miligramos de potasio al día. Respecto al calcio, se suele hablar de una cantidad de entre 1.000 y 1.500 miligramos al día.

Expertos recomiendan a los pacientes con enfermedad renal crónica reducir al máximo las grasas saturadas e hidrogenadas

Los pacientes con enfermedad renal crónica deben reducir al máximo la ingesta de grasas saturadas e hidrogenadas y tomar pocos hidratos simples, según informó hoy la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER) en un comunicado.

Las grasas son la principal reserva de energía y pueden ser saturadas o hidrogenadas, es decir, aquellas que aumentan el colesterol. Según explicaron los expertos, deben aportar entre el 30 y el 35 por ciento de las calorías diarias, y dos tercios de ellas han de ser polisaturadas.

Respecto a los hidratos de carbono, indicaron que existen dos tipos. Por un lado, los sencillos que son absorbidos por el cuerpo rápidamente y tienen su sabor dulce –frutas, leche, azúcar, miel– y, por otro, los complejos, que se absorben más lentamente. Entre el 55 y el 60 por ciento de las calorías diarias deben provenir de hidratos de carbono y, de ellos, tan sólo el siete por ciento deben ser hidratos de carbono simples.

En cuanto a las proteínas, los expertos indicaron que la cantidad recomendable es diferente en función de la etapa de la enfermedad. Así, en prediálisis se recomiendan 0,8 gramos de proteínas por cada kilo de peso al día y, en diálisis, entre uno y 1,2 gramos por cada kilo de peso al día si es hemodiálisis y entre 1,2 y 1,5 si se está en diálisis peritoneal.

El fósforo, por otra parte, está muy elevado en los pacientes con enfermedad crónica renal, y puede llegar a causarle complicaciones graves hasta mortales. Por ello, señalaron que para controlar los niveles de fósforo no es suficiente con cuidar la alimentación, sino que se recomienda recurrir a medicamentos “captadores” de fósforo –quelantes–, que se unen al fósforo formando un compuesto que impide que el fósforo se absorba en el intestino, para que, así, pase menos cantidad a la sangre.

El potasio, a su vez, también está elevado en estos pacientes, y se recomienda que las personas en diálisis no superen los 2.000 miligramos de potasio al día. Respecto al calcio, se suele hablar de una cantidad de entre 1.000 y 1.500 miligramos al día.



24Horas

Anuncios Google

[Cómo perdí los 23 kilos](#)

que me sobraban siguiendo un sencillo consejo, y sin riesgos. www.editorialopenproject.co

[Calcula Tu Peso Ideal](#)

Descubre cuanto deberías Pesar y como Cuidarte! 0,3e/sms www.blinkogold.es/Test-PesoIdeal

Expertos recomiendan a los pacientes con enfermedad renal crónica reducir al máximo las grasas saturadas e hidrogenadas

17:01 lun 26 octubre 2009

MADRID, 26 (EUROPA PRESS)

Los pacientes con enfermedad renal crónica deben reducir al máximo la ingesta de grasas saturadas e hidrogenadas y tomar pocos hidratos simples, según informó hoy la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER) en un comunicado.

Las grasas son la principal reserva de energía y pueden ser saturadas o hidrogenadas, es decir, aquellas que aumentan el colesterol. Según explicaron los expertos, deben aportar entre el 30 y el 35 por ciento de las calorías diarias, y dos tercios de ellas han de ser polisaturadas.

Respecto a los hidratos de carbono, indicaron que existen dos tipos. Por un lado, los sencillos que son absorbidos por el cuerpo rápidamente y tienen su sabor dulce --frutas, leche, azúcar, miel-- y, por otro, los complejos, que se absorben más lentamente. Entre el 55 y el 60 por ciento de las calorías diarias deben provenir de hidratos de carbono y, de ellos, tan sólo el siete por ciento deben ser hidratos de carbono simples.

En cuanto a las proteínas, los expertos indicaron que la cantidad recomendable es diferente en función de la etapa de la enfermedad. Así, en prediálisis se recomiendan 0,8 gramos de proteínas por cada kilo de peso al día y, en diálisis, entre uno y 1,2 gramos por cada kilo de peso al día si es hemodiálisis y entre 1,2 y 1,5 si se está en diálisis peritoneal.

El fósforo, por otra parte, está muy elevado en los pacientes con enfermedad crónica renal, y puede llegar a causarle complicaciones graves hasta mortales. Por ello, señalaron que para controlar los niveles de fósforo no es suficiente con cuidar la alimentación, sino

¡Eres nuestro visitante 1.000.000 - No es broma!

Online el 27.10.2009

a las 23:46:38

seleccionado por: 22 segundos

Nuestro generador aleatorio te acaba de elegir como el posible GANADOR EXCLUSIVO

Premio principal: Mercedes-Benz

>> haz click aquí <<

Noticias

Salud > Expertos recomiendan a los pacientes con enfermedad renal crónica hidrogenadas

26-10-2009, 16:56h.

 0  3  0

Expertos recomiendan a los pacientes con enfermedad renal crónica reducir al máximo las grasas saturadas e hidrogenadas

A+ A-



Los pacientes con enfermedad renal crónica deben reducir al máximo la ingesta de grasas saturadas e hidrogenadas y tomar pocos hidratos simples, según informó hoy la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER) en un comunicado.

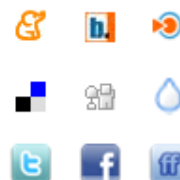
Las grasas son la principal reserva de energía y pueden ser saturadas o hidrogenadas, es decir, aquellas que aumentan el colesterol. Según explicaron los expertos, deben aportar entre el 30 y el 35 por ciento de las calorías diarias, y dos tercios de ellas han de ser polisaturadas.

Respecto a los hidratos de carbono, indicaron que existen dos tipos. Por un lado, los sencillos que son absorbidos por el cuerpo rápidamente y tienen su sabor dulce –frutas, leche, azúcar, miel– y, por otro, los complejos, que se absorben más lentamente. Entre el 55 y el 60 por ciento de las calorías diarias deben provenir de hidratos de carbono y, de ellos, tan sólo el siete por ciento deben ser hidratos de carbono simples.

En cuanto a las proteínas, los expertos indicaron que la cantidad recomendable es diferente en función de la etapa de la enfermedad. Así, en prediálisis se recomiendan 0,8 gramos de proteínas por cada kilo de peso al día y, en diálisis, entre uno y 1,2 gramos por cada kilo de peso al día si es hemodiálisis y entre 1,2 y 1.5 si se está en diálisis peritoneal.

El fósforo, por otra parte, está muy elevado en los pacientes con enfermedad crónica renal, y puede llegar a causarle complicaciones graves hasta mortales. Por ello, señalaron que para controlar los niveles de fósforo no es suficiente con cuidar

Compartir





▶ Expertos recomiendan a los pacientes con enfermedad renal crónica reducir al máximo las grasas saturadas e hidrogenadas

10/26/2009 4:56:59 PM

MADRID 26 (EUROPA PRESS)

Los pacientes con enfermedad renal crónica deben reducir al máximo la ingesta de grasas saturadas e hidrogenadas y tomar pocos hidratos simples según informó hoy la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER) en un comunicado.

Las grasas son la principal reserva de energía y pueden ser saturadas o hidrogenadas es decir aquellas aumentan el colesterol. Según explicaron los expertos deben aportar entre el 30 y el 35 por ciento de calorías diarias y dos tercios de ellas han de ser polisaturadas.

Respecto a los hidratos de carbono indicaron que existen dos tipos. Por un lado los sencillos que son absorbidos por el cuerpo rápidamente y tienen su sabor dulce --frutas leche azúcar miel-- y por otro los complejos que absorben más lentamente. Entre el 55 y el 60 por ciento de las calorías diarias deben provenir de hidratos de carbono y de ellos tan sólo el siete por ciento deben ser hidratos de carbono simples.

En cuanto a las proteínas los expertos indicaron que la cantidad recomendable es diferente en función de la etapa de la enfermedad. Así en prediálisis se recomiendan 0,8 gramos de proteínas por cada kilo de peso al día y en diálisis entre uno y 1,2 gramos por cada kilo de peso al día si es hemodiálisis y entre 1,2 y 1,5 si se trata de diálisis peritoneal.

El fósforo por otra parte está muy elevado en los pacientes con enfermedad crónica renal y puede llegar a causar complicaciones graves hasta mortales. Por ello señalaron que para controlar los niveles de fósforo en la alimentación es suficiente con cuidar la alimentación sino que se recomienda recurrir a medicamentos "captadores" de fósforo --quelantes-- que se unen al fósforo formando un compuesto que impide que el fósforo se absorba en el intestino para que así pase menos cantidad a la sangre.

El potasio a su vez también está elevado en estos pacientes y se recomienda que las personas en diálisis no superen los 2.000 miligramos de potasio al día. Respecto al calcio se suele hablar de una cantidad de entre 1.000 y 1.500 miligramos al día. [FIN]

OPINIÓN

Firmas
Viñetas

ENTREVISTAS Y
CHARLAS DIG.

ESPECIALES

PUBLICIDAD



- Cursos
- Máster

ESPAÑA

INTERNACIONAL

DEPORTES

Fútbol
Baloncesto
Motor
Tenis
Balonmano
Ciclismo
Golf
Vela y Copa Am.
Atletismo...

ECONOMÍA

Vivienda
Automóviles

CULTURA Y OCIO

Cine
Televisión
Música
Libros

SOCIEDAD

Sucesos y tribu.
Ciencia y salud
Religión
Prensa y medios
Educación
Gente

Gastronomía,
vinos y lugares

J. Ruiz de Infante

Sanidad

Expertos recomiendan a los pacientes con enfermedad renal crónica reducir al máximo las grasas saturadas e hidrogenadas

MADRID, 26 (EUROPA PRESS)

Los pacientes con enfermedad renal crónica deben reducir al máximo la ingesta de grasas saturadas e hidrogenadas y tomar pocos hidratos simples, según informó hoy la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER) en un comunicado.

Las grasas son la principal reserva de energía y pueden ser saturadas o hidrogenadas, es decir, aquellas que aumentan el colesterol. Según explicaron los expertos, deben aporta entre el 30 y el 35 por ciento de las calorías diarias, y dos tercios de ellas han de ser polisaturadas.

Respecto a los hidratos de carbono, indicaron que existen dos tipos. Por un lado, los sencillos que son absorbidos por le cuerpo rápidamente y tienen su sabor dulce --frutas, leche, azúcar, miel-- y, por otro, los complejos, que se absorben más lentamente. Entre el 55 y el 60 por ciento de las calorías diarias deben provenir de hidratos de carbono y, de ellos, tan sólo el siete por ciento deben ser hidratos de carbono simples.

En cuanto a las proteínas, los expertos indicaron que la cantidad recomendable es diferente en función de la etapa de la enfermedad. Así, en prediálisis se recomiendan 0,8 gramos de proteínas por cada kilo de peso al día y, en diálisis, entre uno y 1,2 gramos por cada kilo de peso al día si es hemodiálisis y entre 1,2 y 1,5 si se está en diálisis peritoneal.

El 64 por ciento de los pacientes con enfermedad renal crónica está muy clauda...



Miércoles 28 Octubre 2009

» Nefrología

Expertos recomiendan a los pacientes con enfermedad renal crónica reducir al máximo las grasas saturadas e hidrogenadas

MADRID (EUROPA PRESS) Los pacientes con enfermedad renal crónica deben reducir al máximo la ingesta de grasas saturadas e hidrogenadas y tomar pocos hidratos simples, según informó hoy la Federación Nacional de Asociaciones para la Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER) en un comunicado.

Las grasas son la principal reserva de energía y pueden ser saturadas o hidrogenadas, es decir, aquellas que aumentan el colesterol. Según explicaron los expertos, deben aportar entre el 30 y el 35 por ciento de las calorías diarias, y dos tercios de ellas han de ser polisaturadas.

28.10.2009

Respecto a los hidratos de carbono, indicaron que existen dos tipos. Por un lado, los sencillos que son absorbidos por el cuerpo rápidamente y tienen su sabor dulce –frutas, leche, azúcar, miel– y, por otro, los complejos, que se absorben más lentamente. Entre el 55 y el 60 por ciento de las calorías diarias deben provenir de hidratos de carbono y, de ellos, tan sólo el siete por ciento deben ser hidratos de carbono simples.

En cuanto a las proteínas, los expertos indicaron que la cantidad recomendable es diferente en función de la etapa de la enfermedad. Así, en prediálisis se recomiendan 0,8 gramos de proteínas por cada kilo de peso al día y, en diálisis, entre uno y 1,2 gramos por cada kilo de peso al día si es hemodiálisis y entre 1,2 y 1,5 si se está en diálisis peritoneal.

