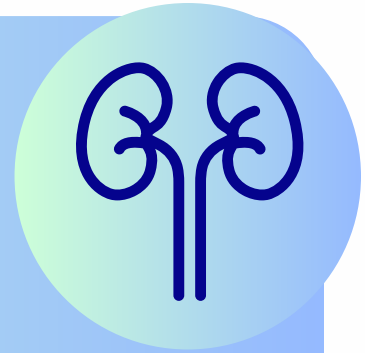


# ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA

## ¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA?

La enfermedad ocurre cuando los riñones pierden su función de manera **progresiva y permanente**.



Los riñones son responsables de:

- Filtrar desechos de la sangre
- Eliminar líquidos a través de la orina
- Mantener el equilibrio de electrolitos

Cuando su función disminuye, toxinas y líquidos pueden acumularse en el cuerpo.

## DATOS IMPORTANTES

- Afecta aproximadamente al 10–14% de la población mundial
- Muchas personas no presentan síntomas en etapas tempranas
- Puede progresar lentamente durante años
- La detección temprana puede retrasar su progresión y prevenir complicaciones.

## FACTORES DE RIESGO

Algunas condiciones aumentan el riesgo de ERC:

- Diabetes
- Hipertensión arterial
- Enfermedad cardiovascular
- Obesidad
- Tabaquismo
- Edad mayor a 65 años
- Enfermedades renales hereditarias

Las personas con estos factores deben vigilar su función renal periódicamente.

## ¿TIENE TRATAMIENTO?

Aunque la enfermedad renal crónica suele ser un proceso de largo plazo, con seguimiento y tratamiento muchas personas logran mantenerse estables por años.

El tratamiento ayuda a:

- Controlar síntomas
- Proteger la función del riñón
- Reducir riesgos y complicaciones

En algunos casos, cuando la enfermedad está muy avanzada, pueden considerarse opciones especializadas como diálisis o trasplante, pero no es lo más común en etapas tempranas y lo importante es detectarla y tratarla a tiempo.

## CUIDA TUS RIÑONES

- Controla tu presión arterial
- Mantén niveles adecuados de glucosa
- Evita fumar
- Lleva una alimentación saludable
- Realiza chequeos médicos si tienes factores de riesgo

(KDIGO, WHO, CDC)