

# Manténgase al día sobre la nefritis lúpica para proteger sus riñones

El lupus es una enfermedad autoinmunitaria que puede hacer que el sistema inmunitario ataque a nuestro propio organismo. La nefritis lúpica aparece cuando el sistema inmunitario ataca los riñones y causa daños.

**Al menos 1 de cada 2 adultos con lupus presenta nefritis lúpica.**

**Si usted tiene lupus, sepa cómo mantenerse al día sobre la nefritis lúpica:**



Conozca las medidas que puede tomar para mantener sanos sus riñones



Implíquese en su propia atención para recibir las pruebas, el tratamiento y la atención que necesita

## Conozca los síntomas a los que estar atento

**Si usted tiene lupus, pregúntele al médico si es conveniente hacer pruebas renales y, en caso de notar algunos de los siguientes síntomas, dígaselo:**

- Aumento de peso
- Presión arterial alta
- Estar siempre cansado (fatiga)
- Fiebre
- Hinchazón de las articulaciones, las piernas, los tobillos, los pies y, a veces, las manos y la cara
- Cambios en la frecuencia con la que orina
- Dolor en los músculos y las articulaciones
- Orina espumosa o burbujeante o que contiene sangre

Algunas personas tienen síntomas de nefritis lúpica al mismo tiempo de enterarse de que tienen lupus (es decir, en el diagnóstico), mientras que otras permanecen años sin notar síntomas.

## Conozca los medicamentos que toma

**El lupus afecta todo el organismo, no solo los riñones.** Por ello hay muchos tipos distintos de medicamentos que se pueden tomar para proteger los órganos o impedir que el sistema inmunitario ataque al organismo.

Asegúrese de que todos sus proveedores de atención médica sepan todos los medicamentos que toma. **Elabore una lista de sus medicamentos, sepa para qué sirve cada uno y llévelos a sus citas médicas.**



Obedezca siempre las instrucciones de su médico sobre cómo y cuándo tomar sus medicamentos.

**Detectar y tratar la nefritis lúpica con rapidez puede ayudar a evitar daños renales graves.**

**Si tiene nefritis lúpica, pregúntele a su médico sobre medicamentos que ayudan a los riñones a funcionar mejor y por más tiempo.**

## Manténgase al día sobre su salud renal

El daño que causa la nefritis lúpica en los riñones puede provocar una falla renal y hacer que la persona necesite diálisis o un trasplante renal para seguir con vida. La única manera de saber si sus riñones están dañados es mediante análisis. **Pregúntele al médico:**

- ¿Qué tan bien me funcionan ahora los riñones?
- ¿Qué análisis usaremos para medir mi función renal?
- ¿Con qué frecuencia me harán esos análisis?
- ¿Qué medicamentos puedo tomar para proteger mis riñones?

“Sea su propio defensor. Infórmese lo mejor posible. Pregunte”.

– Veronica B., paciente con nefritis lúpica

## Vaya anotando cómo se siente

**Lleve un diario del lupus y anote en él:**

- Los síntomas que tenga, cuándo comenzaron y cómo afectan sus actividades cotidianas
- Los cambios en cómo se siente, incluso si no parecen debidos al lupus
- Sus pensamientos sobre los efectos del lupus en su salud mental

**Lleve el diario a sus citas médicas.** Compartir esta información con su equipo de tratamiento los ayudará a saber qué tan bien están funcionando los tratamientos, a hacer los cambios que hagan falta, a atender los efectos secundarios y a brindarle atención de salud mental.

Anote la aparición de crisis lúpicas y los factores que parecen originarlas (los desencadenantes). Las crisis lúpicas son las ocasiones en que los síntomas del lupus empeoran o aparecen síntomas nuevos.

## Manténgase conectado

- **Hable con familiares y amigos.** Pase ratos con ellos y cuénteles lo que le pasa, para que puedan ofrecerle su apoyo cuando más lo necesite.
- **Pídale a su médico o enfermera que lo pongan en contacto con un grupo de apoyo o con alguien que tenga nefritis lúpica.** Aprenda de las vivencias de otros y pida apoyo si se siente preocupado o abrumado.

“La comunidad entera es necesaria”.

– Della M., paciente con nefritis lúpica

**LOOPED  
IN ON LUPUS  
NEPHRITIS**

Manténgase al día sobre la nefritis lúpica

Infórmese sobre la nefritis lúpica en  
[kidneyfund.org/looped-in-on-lupus](http://kidneyfund.org/looped-in-on-lupus)

Contenido educativo  
proporcionado con  
el apoyo de GSK

