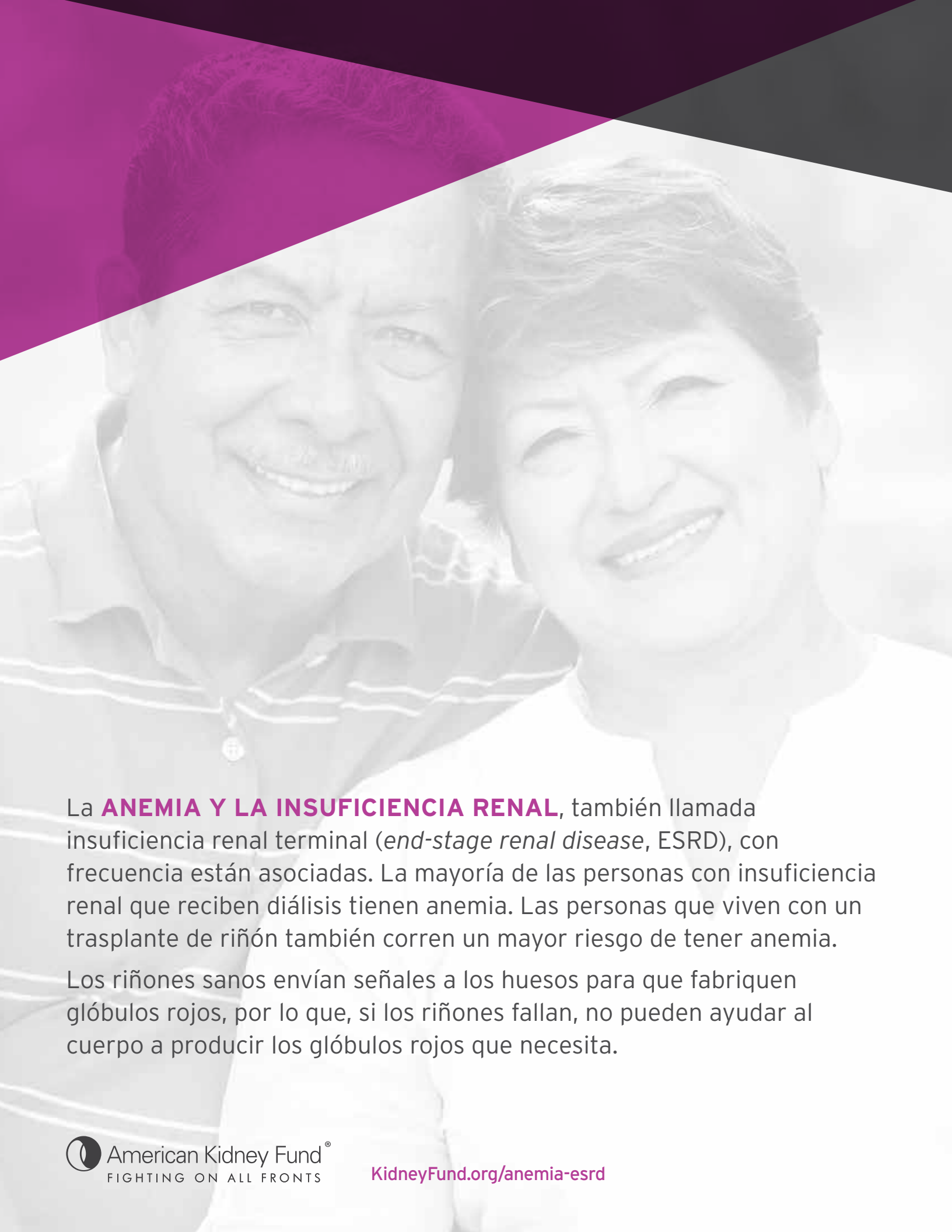




La anemia y la **INSUFICIENCIA RENAL**

CONCIENCIACIÓN / COMUNICACIÓN / TRATAMIENTO



La **ANEMIA Y LA INSUFICIENCIA RENAL**, también llamada insuficiencia renal terminal (*end-stage renal disease*, ESRD), con frecuencia están asociadas. La mayoría de las personas con insuficiencia renal que reciben diálisis tienen anemia. Las personas que viven con un trasplante de riñón también corren un mayor riesgo de tener anemia.

Los riñones sanos envían señales a los huesos para que fabriquen glóbulos rojos, por lo que, si los riñones fallan, no pueden ayudar al cuerpo a producir los glóbulos rojos que necesita.

¿Qué es la anemia?

La **anemia** se produce cuando **no hay suficientes glóbulos rojos** en el cuerpo.

Los **glóbulos rojos** transportan el **oxígeno** a través de la sangre, suministrando energía y ayudando a que los músculos, los huesos y los órganos funcionen bien.



La **anemia** puede hacer que uno se sienta **débil** y **cansado** porque **no recibe la cantidad de oxígeno** que necesita.

¿Quién puede presentar anemia?

Cualquiera puede tener anemia, pero es muy frecuente en las personas con enfermedad renal. La anemia es incluso más frecuente en aquellos que padecen insuficiencia renal. Se puede comenzar a tener anemia en las primeras etapas de la enfermedad renal. Por lo general, la anemia empeora al empeorar la enfermedad renal. La mayoría de las personas que reciben diálisis tienen anemia, y el riesgo también es mayor en las sometidas a un trasplante de riñón.

La anemia en las personas con insuficiencia renal es más frecuente cuando:



Tienen diabetes



Tienen una enfermedad del corazón



Tienen presión sanguínea alta



Son afroamericanos



Tienen más de 75 años de edad

Si tiene insuficiencia renal, **hable con su médico** y pregunte si necesita un análisis para saber si presenta anemia. Hay cosas que se pueden hacer para controlar los síntomas de la anemia y que ayudan a **sentirse mejor**.

¿Cuáles son los síntomas de anemia?

Puede ser difícil saber que se tiene anemia, porque puede presentarse con o sin síntomas. Muchos de los síntomas de anemia también pueden deberse a otros problemas. Por ejemplo, un síntoma frecuente de la anemia es la fatiga (sentirse muy cansado), que también puede ser causada por la diálisis.

La única manera de saber con seguridad si se tiene anemia es hacerse un análisis. Si presenta síntomas, es importante que hable con su médico.



Mareos, pérdida de concentración

Sentirse mareado o tener dificultad para concentrarse puede ser una señal de que el cerebro no está recibiendo suficiente oxígeno.



Piel pálida

La palidez de la piel puede deberse a la reducción del flujo sanguíneo o a un menor número de glóbulos rojos.



Dolor en el pecho

La anemia puede aumentar el riesgo de tener problemas cardíacos. Esto se debe a que el corazón tiene que trabajar más para llevar la sangre al cuerpo. Si tiene una frecuencia cardíaca anormalmente alta o le preocupa la salud de su corazón, hable con su médico.



Falta de aliento

Es posible que su sangre no tenga suficientes glóbulos rojos para llevar el oxígeno a los músculos. Al aumentar la frecuencia respiratoria, se está tratando de llevar más oxígeno al cuerpo.



Cansancio o debilidad

Puede sentirse muy cansado y débil porque sus músculos no reciben suficiente oxígeno.



Sensibilidad al frío

La sensibilidad al frío puede significar que la sangre no lleva suficiente oxígeno al cuerpo.

Causas de anemia en la insuficiencia renal

En los pacientes que reciben diálisis

La mayoría de las personas que están en diálisis presentan anemia debido a que tienen:

Menos eritropoyetina de lo normal

Los riñones sanos producen una hormona que se llama eritropoyetina (EPO).

Todas las células del cuerpo viven durante cierto tiempo y luego mueren. El cuerpo siempre está produciendo células nuevas para reemplazar a las que mueren. Los glóbulos rojos viven aproximadamente 115 días. Los riñones ayudan al cuerpo a producir los glóbulos rojos nuevos.

La EPO envía una señal al cuerpo para que produzca más glóbulos rojos. Si los riñones no funcionan tan bien como deberían o dejan de funcionar, no pueden producir suficiente EPO, y sin suficiente EPO el cuerpo no produce suficientes glóbulos rojos. Esto significa que hay menos glóbulos rojos para transportar el oxígeno a través del cuerpo.





Menos hierro de lo normal

El hierro es un mineral que se encuentra en muchos alimentos, como las carnes y las verduras. El cuerpo utiliza el hierro para producir los glóbulos rojos. Una causa común de anemia en las personas con insuficiencia renal es que no tienen suficiente hierro en el cuerpo. El médico también puede llamar a esto “ferropenia”. La causa puede ser que no se obtiene suficiente hierro de la alimentación. También puede deberse a pérdidas de sangre, ya que el hierro se almacena en los glóbulos rojos.

La ferropenia es más frecuente en las personas que reciben diálisis debido a que:



No comen suficientes alimentos con alto contenido de hierro

Cuando se ingiere una dieta saludable para la enfermedad renal, a veces es necesario limitar las cantidades de ciertos alimentos con alto contenido de hierro, como las carnes rojas. Si no se consume suficiente hierro, es posible que no se tenga la cantidad que se necesita.



Pérdida de sangre durante la diálisis

Después de una sesión de hemodiálisis, con frecuencia se queda una pequeña cantidad de sangre en el dializador (máquina de diálisis). Con el tiempo, esta pérdida de sangre puede acumularse y ocasionar la ferropenia.



Extracciones de sangre frecuentes

Con insuficiencia renal, es posible que se necesiten análisis de sangre con mayor frecuencia que en una persona sana, y esto puede aumentar el riesgo de no tener suficiente hierro.



Pérdida de sangre por el tubo digestivo

En los pacientes que reciben un trasplante de riñón

Las personas que reciben un trasplante renal corren un mayor riesgo de presentar anemia debido a que tienen:

Menos eritropoyetina (EPO) de lo normal

Algunas veces, después del trasplante el riñón nuevo no funciona tan bien como el riñón de una persona sana. Si el riñón nuevo no funciona tan bien como debería, es posible que no produzca suficiente hormona EPO, lo cual causa anemia.

Menos hierro de lo normal

Durante una intervención quirúrgica de trasplante de riñón se pierde sangre. También se hacen con frecuencia análisis de sangre para revisar la salud del riñón nuevo. La pérdida de sangre de la cirugía y de las extracciones de sangre frecuentes aumentan el riesgo de ferropenia.

Medicamentos inmunosupresores (contra el rechazo)

A las personas con un trasplante de riñón es necesario administrales medicamentos que debilitan su sistema inmunitario, los llamados inmunosupresores. Dichos medicamentos evitan que el cuerpo ataque al riñón nuevo. Los inmunosupresores pueden tener muchos efectos secundarios, incluida la anemia.

Los médicos y los investigadores están trabajando para descubrir nuevos tratamientos para la anemia. Los tratamientos nuevos se prueban en ensayos clínicos. Si está interesado en participar en un ensayo clínico o probar un posible tratamiento nuevo para la anemia, visite ClinicalTrials.gov para obtener más información.

Cirugía de trasplante de riñón

El riesgo de anemia luego de un trasplante de riñón es mayor inmediatamente después de la operación. La anemia puede presentarse después del trasplante porque el riñón nuevo necesita algún tiempo para comenzar a producir suficiente EPO, y porque las concentraciones de hierro pueden estar bajas debido a la pérdida de sangre. Si con el tiempo el riñón nuevo se mantiene sano, el riesgo de anemia disminuirá.

Otros tipos de anemia

Existen varios tipos de anemia. Las anemias debidas a tener muy poca EPO o muy poco hierro en el cuerpo son las más frecuentes en las personas con insuficiencia renal. Hable con su médico si desea más información.

¿Cómo sabré si tengo anemia?

Puede ser difícil saber que se tiene anemia, porque puede presentarse con o sin síntomas. Además, muchos síntomas de la anemia no son obvios, ya que pueden deberse a otros problemas de salud. Si tiene síntomas de anemia, como cambios en el color de la piel o un cansancio inusitado, debe hablar inmediatamente con su médico.

Aunque no tenga síntomas, si padece insuficiencia renal debe hablar con su médico sobre la anemia. La anemia es muy frecuente en las personas sometidas a diálisis y también se presenta en las que han recibido un trasplante de riñón.

La única manera de saber si se tiene anemia es un análisis de sangre, que mide la cantidad de hemoglobina sanguínea. La hemoglobina forma parte de los glóbulos rojos. Averiguando la cantidad de hemoglobina que hay en la sangre, el médico puede saber la cantidad de glóbulos rojos y si se tiene o no anemia.

Puede ser **difícil saber** que se tiene anemia, porque puede presentarse **con o sin síntomas**.

¿Cuál es la relación entre la enfermedad renal y la enfermedad cardiaca?

La enfermedad renal y la anemia estresan su corazón, y con el tiempo pueden aumentar el riesgo de una enfermedad cardiaca. La enfermedad cardiaca es la causa principal de muerte en las personas con enfermedad renal y en las que reciben diálisis. Esto se debe a que aproximadamente un 70 % de las personas en diálisis tienen una enfermedad del corazón.

Si le han hecho un trasplante, es importante que sepa que las enfermedades cardiacas también pueden causar enfermedades renales. Cuando el corazón no bombea la sangre de la manera correcta, puede llegar a estar demasiado lleno de sangre. Esto hace que se acumule la presión, lo cual daña los riñones.

Existen medicamentos para reducir la presión sanguínea y proteger el corazón.

¿Cómo se trata la anemia?

El tratamiento de la anemia puede ayudar a que se sienta mejor. Según cuál sea la causa de la anemia, su médico podría recomendarle uno o más de los siguientes tratamientos:

Estimulantes de la eritropoyesis—Los estimulantes de la eritropoyesis son medicamentos que actúan enviando una señal al cuerpo para que produzca más glóbulos rojos. Esto reemplaza a la función de la hormona EPO, que los riñones sanos producen normalmente.

- Los estimulantes de la eritropoyesis se administran mediante inyección o a través del líquido que se usa en el tratamiento de diálisis.

Suplementos de hierro—Los suplementos de hierro elevan las concentraciones de hierro en la sangre cuando están muy bajas. Según cuál sea el tratamiento de la insuficiencia renal, el suplemento de hierro se puede tomar de diferentes maneras:

- Los suplementos de hierro se pueden tomar por vía oral (en una pastilla) o administrarse mediante inyección. Si está en hemodiálisis puede recibir el hierro adicional a través del líquido que se utiliza en su tratamiento de diálisis.

Muchas personas necesitan recibir tanto estimulantes de la eritropoyesis como suplementos de hierro para tener una cantidad saludable de glóbulos rojos. Para que los estimulantes de la eritropoyesis funcionen, antes es necesario que en el cuerpo haya un buen nivel de hierro. El hierro ayuda a crear el oxígeno que se encuentra en los glóbulos rojos. Sin la cantidad adecuada de hierro, los estimulantes de la eritropoyesis pueden no funcionar.

Transfusión de glóbulos rojos—La transfusión de glóbulos rojos es un procedimiento que se realiza para aumentar su número en el cuerpo administrando los glóbulos rojos de otra persona por vía intravenosa. Una transfusión de glóbulos rojos puede mejorar los síntomas de anemia.

¿Por qué debo tratarme la anemia?

La anemia aumenta el riesgo de enfermedades cardíacas en las personas que tienen insuficiencia renal. Los síntomas de anemia pueden no parecer graves, pero es importante tratar la anemia si se tiene. Después del tratamiento de la anemia puede empezar a sentirse mejor. Por ejemplo, usted podría:



Tener más energía



Ser capaz de concentrarse mejor



Dejar de sentirse mareado o débil



Sentirse con ganas de hacer ejercicio

Si le han hecho un trasplante de riñón, la anemia podría dañar el riñón nuevo si no se trata.

¿Cuáles son las ventajas y las desventajas de los tratamientos de la anemia?

	Ventajas	Desventajas
Estimulantes de la eritropoyesis	<ul style="list-style-type: none"> • Pueden mejorar la calidad y la duración de la vida • Ayudan al cuerpo a producir más glóbulos rojos para reducir la anemia 	<ul style="list-style-type: none"> • Los efectos secundarios frecuentes incluyen presión sanguínea alta, dolor en las articulaciones, los músculos o los huesos, náuseas, vómitos y dolor de cabeza • Las dosis altas de estimulantes de la eritropoyesis pueden ser perjudiciales, especialmente sin niveles equilibrados de hierro
Pastillas de hierro	<ul style="list-style-type: none"> • Más hierro almacenado en el cuerpo • Mejora la eficacia de los estimulantes de la eritropoyesis en la reducción de la anemia 	<ul style="list-style-type: none"> • Los efectos secundarios frecuentes del hierro por vía oral pueden incluir problemas digestivos (estreñimiento, dolor de estómago, náuseas y vómitos)
Inyección de hierro	<ul style="list-style-type: none"> • Más hierro almacenado en el cuerpo • Se necesitan menos dosis en comparación con las pastillas de hierro y el hierro de administración intravenosa • Se necesitan dosis más bajas de estimulantes de la eritropoyesis • Mejora la eficacia de los estimulantes de la eritropoyesis en la reducción de la anemia • Se considera el tratamiento de hierro más seguro 	<ul style="list-style-type: none"> • Los infrecuentes efectos secundarios incluyen la interrupción de la producción de glóbulos rojos
Hierro intravenoso	<ul style="list-style-type: none"> • Más hierro almacenado en el cuerpo • Mejora la eficacia de los estimulantes de la eritropoyesis en la reducción de la anemia • Puede ser mejor que los suplementos orales, especialmente para las personas en diálisis • Se puede administrar durante la hemodiálisis • Podría mejorar o preservar la salud del corazón 	<ul style="list-style-type: none"> • Los infrecuentes efectos secundarios pueden incluir anafilaxia (una reacción alérgica grave)

¿Qué tratamiento es el adecuado para mí?

Su equipo de atención médica colaborará con usted para elegir el mejor tratamiento. Algunas cosas que tendrán en cuenta son:



Los resultados de su análisis del hierro



La cantidad de pastillas que tiene que tomar para otras enfermedades



Otros problemas médicos que pueda tener



Sus reacciones o alergias a otros medicamentos que haya tomado en el pasado



KidneyFund.org/anemia-esrd

Akebia[®]
THERAPEUTICS

Esta campaña es posible gracias al apoyo
de Akebia Therapeutics, Inc.