

# Una patología silente: La enfermedad renal crónica



## Enfermedad renal crónica (ERC)

La enfermedad ERC es la pérdida progresiva e irreversible de la función renal. Se define funcionalmente por un filtrado glomerular estimado (FGe)  $< 60$  ml/min/1,73 m<sup>2</sup> persistente, o por la presencia de marcadores de daño renal (p. ej., albuminuria), independientemente de la causa.

### \* Manifestaciones clínicas

Es una patología **clínicamente silente**, especialmente en sus fases iniciales.

Cuando la **enfermedad progresa**, sin tratamiento establecido, pueden aparecer manifestaciones clínicas que suelen coexistir con complicaciones, como cansancio, hinchazón de piernas, pies o tobillos, alteraciones urinarias (por ejemplo, orina espumosa, cambios en la frecuencia o en el aspecto de la orina), prurito, náuseas, pérdida de apetito o de peso involuntario, calambres musculares y dificultad respiratoria, asociadas al deterioro progresivo de la función renal.

### \* Complicaciones

La ERC se asocia a complicaciones graves y progresivas que aumentan la morbilidad:

- Anemia (déficit de eritropoyetina).
- Hipertensión arterial.
- Hipercalemia.
- Acidosis metabólica.
- Fragilidad.
- Alto riesgo cardiovascular.



A medida que la función renal empeora, se incrementa la frecuencia e intensidad de estas alteraciones, por lo que la detección precoz y la educación sanitaria son clave para frenar la progresión y reducir eventos clínicos mayores.



## Factores de riesgo

La ERC suele desarrollarse por daños repetidos o prolongados en los riñones o por condiciones que les exigen trabajar en exceso durante mucho tiempo. Los factores de riesgo más frecuentes son:



**Diabetes mellitus:** nefropatía diabética como principal causa en países desarrollados (aprox. un 50 % de los casos).



**Hipertensión arterial:** nefroangioesclerosis por daño vascular renal crónico.



**Edad  $\geq$  de 60 años.**



**Colesterol alto o antecedentes coronarios** (infarto).



**Obesidad.**



**Tabaquismo.**



**Glomerulopatías:** glomerulonefritis primarias y secundarias (ej., autoinmunes).



**Nefropatías tubulointersticiales crónicas:** infecciones recurrentes, toxinas.



**Enfermedades hereditarias:** especialmente poliquistosis renal autosómica dominante.



**Uropatía obstructiva crónica:** hiperplasia prostática, litiasis, reflujo vesicoureteral.



**Nefrotoxicidad farmacológica:** uso prolongado de AINE, ciertos antibióticos, contrastes y otros fármacos potencialmente nefrotóxicos.



## Derivación al médico

Pacientes no diagnosticados: ante cualquier indicio de daño o pérdida de función renal es recomendable derivar al médico de atención primaria.

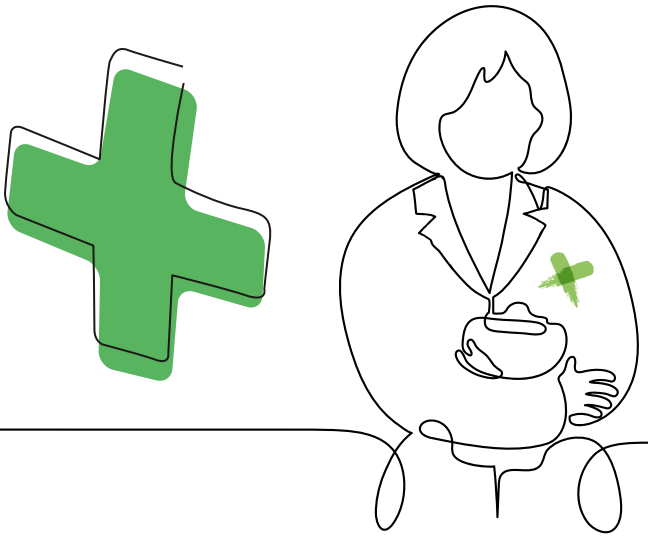
En pacientes que ya presentan ERC diagnosticada:

- eGFR < 60 mL/min/1,73 m<sup>2</sup>.
- Hipertensión arterial.
- Albuminuria ≥ 30 mg/g.
- Diabetes mellitus.
- Proteinuria o hematuria persistente.
- Factores de riesgo.
- Creatinina elevada para edad/sexo.

## Prevención primaria y secundaria

○ **Estilos de vida saludables:** dieta equilibrada, actividad física, control de peso y restricción del tabaco.

○ **Control de factores de riesgo cardiometabólicos según edad y comorbilidades:** presión arterial adecuada, glucemia (HbA1c) controlada en pacientes con diabetes, dislipemia en valores normales.



### Referencias:

1. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Guía de Práctica Clínica sobre la Detección y el Manejo de la Enfermedad Renal Crónica. 2016. Disponible en: [https://portal.guiasalud.es/wp-content/uploads/2018/12/GPC\\_559\\_ERC\\_IACS\\_compl.pdf](https://portal.guiasalud.es/wp-content/uploads/2018/12/GPC_559_ERC_IACS_compl.pdf)
2. Luis Martín de Francisco, A; Lorenzo Sellarés, V. Enfermedad Renal Crónica. 2024. Disponible en: <https://nefrologiaaldia.org/es-articulo-enfermedad-renal-cronica-654-pdf>
3. National Kidney Foundation. Enfermedad renal crónica (ERC). 2023. Disponible en: <https://www.kidney.org/es/kidney-topics/enfermedad-renal-cronica-erc>
4. Ortiz, A; Sánchez-Niño, MD. Prevención primaria de la enfermedad renal crónica. 2023. Disponible en: [https://analesranm.es/wp-content/uploads/2023/numero\\_140\\_02/pdfs/ar14002-rev03.pdf](https://analesranm.es/wp-content/uploads/2023/numero_140_02/pdfs/ar14002-rev03.pdf)

Edición: Febrero 2026

## \* Pruebas clínicas que guían el diagnóstico



**Análisis de sangre:** tasa de filtración glomerular, nivel de creatina en sangre.



**Análisis de orina:** cociente albúmina/creatinina en orina.

## \* Tratamiento farmacológico

Se basa en el control de los factores que favorecen el daño renal (hipertensión, diabetes, dislipemia) con el objetivo de frenar la progresión de la enfermedad y prevenir o tratar sus complicaciones.

- **Uso adecuado de fármacos nefroprotectores:** iSGLT2, IECA/ARA II y otros (según indicación).
- **Tratamiento de las complicaciones asociadas a la ERC** (antianémicos: hierro y agentes estimulantes de la eritropoyesis; reguladores del metabolismo óseo-mineral: vitamina D y quelantes de fósforo; alcalinizantes: bicarbonato sódico, quelantes de potasio, etc.).

## \* Tratamiento no farmacológico



Actividad física regular adaptada a la capacidad del paciente.



Dieta equilibrada y control del peso.



Restricción de sal (≈ 4-6 g/día).



Ajuste de proteínas según estadio de ERC y reducción de la ingesta de grasas saturadas.



Cese del consumo de sustancias nocivas: tabaco, alcohol y drogas.

# Una patología silente: **La enfermedad renal crónica**

## ¿Qué debo saber?

### ¿Qué es la enfermedad renal crónica (ERC)?

La enfermedad renal crónica (ERC) es una patología que afecta a **1 de cada 10 personas** en el mundo. Consiste en un deterioro progresivo y generalmente irreversible de la función de los riñones, que con el tiempo pierden su capacidad para filtrar la sangre y eliminar los desechos y el exceso de líquidos mediante la orina.

### \* **Importancia de la detección temprana de la enfermedad**

Al inicio, la ERC no da señales, los síntomas suelen aparecer cuando ya está bastante avanzada la enfermedad y con complicaciones. Entre los más destacados, se encuentran:

- Pérdida de apetito.
- Cambio de peso (involuntario).
- Náuseas y vómitos.
- Aumento de la frecuencia miccional o cambios en el aspecto de la orina.
- Picazón y sequedad de piel.
- Hinchazón en pies, piernas o tobillos.
- Cansancio, fatiga, alteraciones del sueño.

i

Detectar la ERC a tiempo ayuda a frenar su avance y a evitar complicaciones.



### Factores de riesgo

La ERC suele desarrollarse por daños repetidos o prolongados en los riñones o por condiciones que les exigen trabajar en exceso durante mucho tiempo. Los factores de riesgo más frecuentes son:



**Diabetes** (“azúcar” alta en sangre).



**Hipertensión arterial** (presión arterial elevada).



**Edad superior a los 60 años.**



**Colesterol alto o antecedentes coronarios** (infarto).



**Obesidad.**



**Tabaquismo.**



**Enfermedades propias del riñón** (inflamaciones, infecciones repetidas o enfermedades hereditarias).

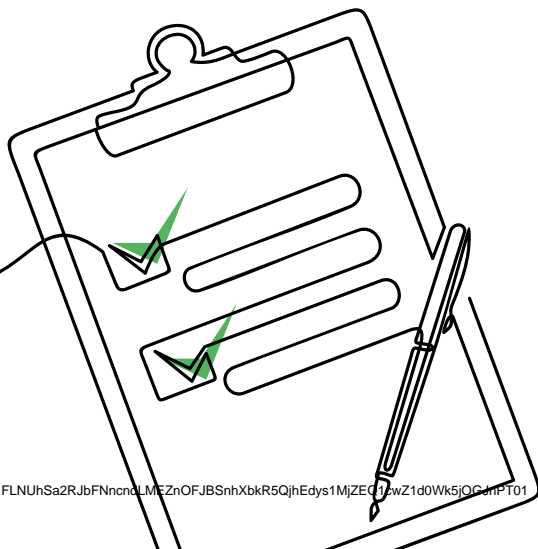


**Obstrucciones del flujo de orina** (por ejemplo, problemas de próstata o cálculos).



**Uso prolongado de algunos medicamentos** (por ejemplo, algunos antiinflamatorios, antibióticos nefrotóxicos y medicamentos que se eliminan por la orina).

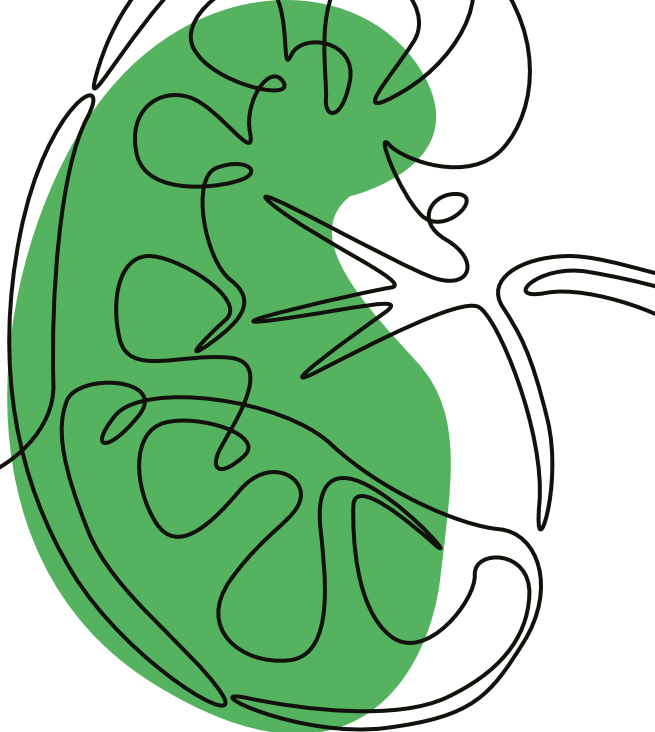
A menudo, la ERC se debe a la **combinación de varios de estos factores** a lo largo del tiempo.



## Complicaciones

La ERC puede llevar a una serie de complicaciones graves que afectan negativamente a la calidad de vida de la persona y aumentan el riesgo de mortalidad; además, a medida que la ERC empeora, el riesgo de complicaciones aumenta.

Por ello, la detección en fases iniciales permite aplicar estrategias preventivas y terapéuticas eficaces para frenar la progresión, preservar la función renal y reducir complicaciones cardiovasculares y metabólicas.



## Recomendaciones de tu farmacéutico

Sigue estas recomendaciones para reducir los factores de riesgo y disminuir las complicaciones de la enfermedad:



Evita el alcohol, tabaco y las drogas.



Realiza actividad física regular, adaptada a tu condición.



Recomendaciones nutricionales: reduce la ingesta hipercalórica, de grasas, sal (<5 g/día) y ultraprocesados. Aumenta la ingesta de fibra. Ajusta la ingesta de proteínas.



Controla tu peso.



Ante cualquier duda, consulta a tu médico y/o farmacéutico.

## \* La prevención es el paso más importante. Acude al médico si...

- ...tienes diabetes
- ...tienes hipertensión arterial
- ...hay antecedentes en tu familia de ERC
- ...tienes enfermedades cardiovasculares
- ...eres mayor de 60 años con factores de riesgo
- ...empleas de manera crónica fármacos nefrotóxicos



### Referencias:

- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Guía de Práctica Clínica sobre la Detección y el Manejo de la Enfermedad Renal Crónica. 2016. Disponible en: [https://portal.guiasalud.es/wp-content/uploads/2018/12/GPC\\_559\\_ERC\\_IACS\\_compl.pdf](https://portal.guiasalud.es/wp-content/uploads/2018/12/GPC_559_ERC_IACS_compl.pdf)
- Luis Martín de Francisco, A; Lorenzo Sellarés, V. Enfermedad Renal Crónica. 2024. Disponible en: <https://nefrologiaaldia.org/es-articulo-enfermedad-renal-cronica-654-pdf>
- National Kidney Foundation. Enfermedad renal crónica (ERC). 2023. Disponible en: <https://www.kidney.org/es/kidney-topics/enfermedad-renal-cronica-erc>
- Ortiz, A; Sánchez-Niño, MD. Prevención primaria de la enfermedad renal crónica. 2023. Disponible en: [https://analesranm.es/wp-content/uploads/2023/numero\\_140\\_02/pdfs/ari4002-rev03.pdf](https://analesranm.es/wp-content/uploads/2023/numero_140_02/pdfs/ari4002-rev03.pdf)

Edición: Febrero 2026



Farmacéuticos

Consejo General de Colegios Farmacéuticos de España

Con la colaboración de:



Patrocinado por:

CSL