

INS: Enfermedad renal y lista de espera para trasplante de riñón van en aumento

- **Más del 70% de los trasplantes que se realizan en el país son de riñón y de las 2.833 personas en lista de espera por un órgano en Colombia, 2584 esperan por éste órgano.**
- **Las cifras además de revelar una mayor prevalencia de la enfermedad renal crónica, reflejan también una mayor cobertura y acceso a servicios de salud. El 68% de los trasplantes en el país favorecen personas en los estratos 1, 2 y 3.**

Bogotá, marzo 14 de 2019. Mientras la detección de casos de falla renal va en aumento, también crece la demanda de trasplantes para este órgano. Así lo concluye el análisis del INS a las cifras que el sistema de salud colombiano reporta sobre enfermedad crónica renal, trasplantes de riñón y lista de espera por este órgano.

Según datos de la Cuenta de Alto Costo, a 2018 35.363 colombianos han sido diagnosticados con enfermedad crónica renal en estadio 5, una cifra que cada año reporta al sistema 5.804 nuevos casos. Lo que evidencia no solo un mayor acceso y cobertura de los servicios de salud: también muestra que los colombianos se enferman principalmente a causa de enfermedades crónicas, siendo la enfermedad renal una de las más relevantes y de mayor impacto para los trasplantes en Colombia, ya que más del 70% de los que se realizan son para este órgano.

Cifras que además coinciden con los estudios sobre carga de enfermedad en Colombia, en donde el 82 por ciento de la población colombiana sufre de alguna enfermedad crónica no transmisible. De tal modo que mientras aumenta el número de casos por falla renal en el país, así mismo crece la demanda de donantes para riñón. Por lo que disminuir la lista de espera es una tarea compleja, mientras se mantenga la prevalencia de enfermedades crónicas que causan daño al riñón.

Hoy cuando se celebra el Día Mundial del Riñón, es un buen momento para reflexionar sobre el contexto actual en el país de la enfermedad renal crónica y el trasplante de riñón. Al respecto, Marta Lucía Ospina, directora del INS, explica la importancia de trabajar sobre todos los factores de riesgo que contribuyen a modificar las causas de enfermedad y mortalidad en Colombia: “Cada año en

Colombia los pacientes con enfermedad renal y en lista de espera van en aumento. Es fundamental para la salud pública del país, dada la prevalencia de esta enfermedad, trabajar desde la prevención. Está comprobado que los estilos de vida contribuyen a modificar el 43% del daño en salud. Enfermedades como la diabetes y la hipertensión que tienen relación con la falla renal se pueden evitar, si modificamos los factores comportamentales y nutricionales que las causan”, dijo la funcionaria.

En el último año, en Colombia se realizaron un total de 1.182 trasplantes, 846 fueron de riñón (el 71,57%), pero 86 personas en lista de espera perdieron la vida sin recibir el órgano. Confirmando no solo la prevalencia de la enfermedad, sino la necesidad de este procedimiento para muchos colombianos.

Necesidad que seguirá creciendo si no hay una modificación de las causas que generan ésta enfermedad y se afianzan las políticas públicas para prevenirla. Si se observa por ejemplo que en el 2018 del total de donantes elegibles (1029), solo 413 personas fueron llevados realmente a los procedimientos quirúrgicos para la obtención de órganos y tejidos trasplantables. Se reitera, en primer lugar, la prevención como la manera más efectiva de atacar las causas de la enfermedad renal crónica. Al mismo tiempo, se debe continuar afinando la normativa, los procesos y protocolos para lograr incrementar la calidad y el número de trasplantes a nivel nacional, trabajo que está liderando el INS junto con el Ministerio de Salud, como cabeza rectora de la Red Nacional de Donación y Trasplantes.

Recomendaciones para cuidar los riñones:

1. Realizar actividad física rutinaria. Realizar ejercicio ayuda a reducir la presión arterial y, por lo tanto, reduce el riesgo de enfermedad renal.
2. Controlar el nivel de azúcar en la sangre.
3. Controlar la presión arterial. La hipertensión arterial es causa frecuente de daño renal y mucho más si se asocia a otros factores.
4. Seguir una dieta saludable, rica en vegetales y mantener un peso adecuado.
5. Disminuir el consumo de sal.

6. Mantener una adecuada ingesta de líquidos. Aumentar la ingesta de agua facilita la eliminación de sodio y tóxicos por los riñones, lo cual disminuye notablemente los riesgos de desarrollar enfermedad renal.
7. No fumar. El tabaquismo altera la vasculatura renal y potencia fuertemente a los otros factores de riesgo como dislipidemia, hipertensión arterial y diabetes.
8. No utilizar fármacos antiinflamatorios o analgésicos por largos períodos de tiempo, sin control médico.
9. Pacientes con enfermedades tales como diabetes, hipertensión arterial, obesidad, deben tener control y seguimiento médico. Así mismo, si hay miembros en la familia que padezcan una enfermedad renal se debe estar alerta.
10. Hacer chequeos médicos periódicos del estado de salud siempre es recomendable para todas las personas, al menos una vez al año, aunque según la edad y antecedentes de cada persona pueden ser todavía más frecuentes.