

## Cuidados para los pacientes con:

### INSUFICIENCIA RENAL

Es la pérdida gradual y progresiva de la capacidad del riñón para eliminar los productos de desecho de la sangre y el exceso de líquidos a través de la orina, causada generalmente por enfermedades como la diabetes, la hipertensión arterial, enfermedades hereditarias y vasculares.

Las siguientes son las recomendaciones generales para el cuidado del paciente en la casa. Si después de leerlas o aplicarlas, presenta alguna inquietud, puede comunicarse al correo: [educacionparalasalud.cub@upb.edu.co](mailto:educacionparalasalud.cub@upb.edu.co). Para conocer más sobre este y otros temas ingrese a [www.clinicabolivariana.tv](http://www.clinicabolivariana.tv).

### Recomendaciones:

- Controle de manera frecuente la presión arterial y la glicemia.
- Controle el líquido total que puede ingerir al día, de acuerdo a las recomendaciones de su médico y compruebe pesándose siempre en la misma báscula, que no aumenta más de dos kilos de peso entre días, porque podría deberse a una retención de líquidos.
- Evite tomar frescos azucarados, porque no eliminan correctamente la sensación de sed.
- No consuma productos integrales por su alto contenido en fósforo y potasio.
- Realice ejercicio físico que no le cause agotamiento, debe ser de acuerdo a sus capacidades, puede nadar o caminar de manera regular.
- Evite el tabaco y el alcohol.
- Lleve una dieta baja en sal, es importante no consumir alimentos congelados cocinados, sopas y purés de sobre, conservas, embutidos, salsas y aperitivos envasados.
- No se aisle socialmente y procure mantenerse activo. Si cree que lo necesita, solicite ayuda psicológica para sobrellevar los inconvenientes que generan la enfermedad y su tratamiento.
- Vigile la presencia de edema o hinchazón.
- Si presenta rasquiña y la piel está reseca, utilice una crema humectante.
- Siga estrictamente las instrucciones de la nutricionista, con respecto a los alimentos que puede consumir. Es fundamental para evitar complicaciones.

- Cumpla estrictamente las instrucciones dadas por su médico sobre la dosis, frecuencia y forma de tomar los medicamentos. No consuma medicamentos que no le hayan sido formulados.
- Asista cumplidamente a las citas de revisión.

## Consulte inmediatamente a su médico o acuda al Centro de Salud más cercano si presenta:

- Debilidad muscular, hormigueos y pesadez en los miembros superiores e inferiores.
- Dificultad respiratoria.
- Dolor de cabeza fuerte que no mejora con los medicamentos.
- Temperatura mayor de 38.3°C y escalofrío.
- Hinchazón generalizada en todo el cuerpo.
- Heces con sangre.
- Náuseas, vómito, diarrea y calambres.
- Orina escasa, concentrada de color naranja o cocacola.
- Cambios en el estado mental o en el estado de ánimo.



### Recuerde:

Para el éxito de su tratamiento es muy importante que usted tome todos los medicamentos ordenados, asista a las citas de control y cumpla estrictamente con estas recomendaciones.