

# Un Llamado a la Prevención en el Día Mundial del Riñón: UNAM



Redacción • 2 horas ago

2 minutes read

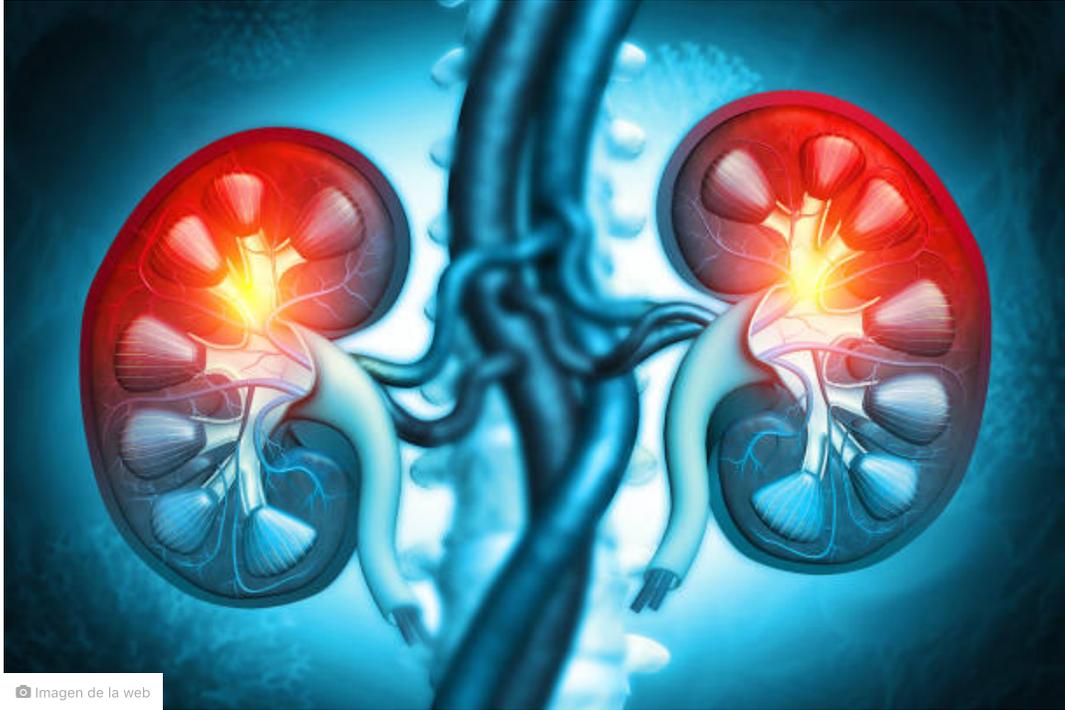


Imagen de la web

- Estrategias para detectar y prevenir enfermedades renales

**LaSalud.mx**.- Con motivo del **Día Mundial del Riñón**, que se conmemora el **13 de marzo**, especialistas de la UNAM, **Norma Araceli Bobadilla Sandoval** y **Elizabeth Hernández Castro**, han alertado sobre la alta incidencia de la **enfermedad renal crónica (ERC)** en México, que afecta a aproximadamente 13 millones de personas. Sin embargo, esta cifra podría ser aún mayor debido a que muchas afecciones no se detectan en sus fases iniciales.

Este día, establecido en 2006 por la **Sociedad Internacional de Nefrología**, busca promover la **prevención y detección temprana de enfermedades renales**

La ERC es una de las principales causas de muerte en el país, **afectando al 12% de la población**. Bobadilla Sandoval, del **Instituto de Investigaciones Biomédicas (IIBm)**, ha descubierto **biomarcadores en orina que permiten un diagnóstico temprano**, así como un tratamiento basado en flocinas, que son medicamentos para diabéticos, para evitar la progresión de la lesión renal aguda a enfermedad crónica.



Bobadilla Sandoval ha logrado demostrar que la administración de este tratamiento en animales evita el desarrollo de ERC en un 100%, mejorando la perfusión renal y reduciendo el daño mitocondrial. Actualmente, se están realizando ensayos clínicos en pacientes con lesión aguda para evaluar el impacto a largo plazo del tratamiento.

En tanto, Elizabeth Hernández de la **Facultad de Estudios Superiores Zaragoza**, destaca que la función renal puede verse comprometida por factores como la diabetes y la hipertensión arterial. Estas condiciones pueden causar daño irreversible si no se controlan adecuadamente.



**Factores de Riesgo**

- **Diabetes:** Altos niveles de glucosa dañan los vasos sanguíneos que nutren los riñones.
- **Hipertensión:** Afecta la capacidad de filtración renal.
- **Uso Indiscriminado de Fármacos:** Analgésicos no esteroides y ciertos antibióticos pueden contribuir al daño renal.
- **Infecciones Urinarias:** Si no se tratan adecuadamente, pueden causar complicaciones.

#### Medidas Preventivas

Bobadilla Sandoval sugiere varias estrategias para prevenir el deterioro de la función renal:

- **Hidratación:** Beber al menos dos litros de agua al día.
- **Controles Médicos:** Realizar análisis de sangre anuales y monitorear niveles de colesterol y triglicéridos.
- **Estilo de Vida Saludable:** Mantener un control glucémico, evitar el tabaquismo y el consumo excesivo de alcohol.

Hernández enfatiza la necesidad de crear **conciencia sobre la salud renal y fomentar hábitos saludables** para prevenir complicaciones graves, como la necesidad de diálisis o trasplantes.

A pesar de los avances, **hay un déficit significativo de nefrólogos en el país.** Actualmente, hay solo 1,499 profesionales certificados, lo que equivale a aproximadamente un nefrólogo por cada 100,000 habitantes, muy por debajo de la recomendación de la Organización Panamericana de la Salud.

**La escasez de trasplantes de riñón es otro desafío.** En 2023, se registraron 15,929 fallecimientos por insuficiencia renal, y solo se realizaron 2,723 trasplantes. Es crucial aumentar la sensibilización sobre la donación de órganos.

Para saber más ...



### Día Mundial del Riñón: Un Llamado a la Prevención

Estrategias para mejorar la salud renal en México Mensaje del Secretario de Salud, David Kershenovich LaSalud.mx .- En conmemoración del Día Mundial del Riñón, el secretario de Salud del Gobierno de México, David Kershenovich, ha instado a la población a cuidar la salud de los riñones, órganos esenciales para el buen funcionamiento del organismo. Este ... [Sigue leyendo](#)



0 comentarios

Ordenar por Los más antiguos



[#DíaMundialdelRiñón](#)

[#ElizabethHernándezCastro](#)

[#ERC](#)

[#hábitosaludables](#)

[#IIBm](#)

[#NormaAraceliBobadillaSandoval](#)

[#Portada](#)

[#SociedadInternacionaldeNefrología](#)

[#trasplantesderiñón](#)