



Es de las principales causas de muerte en nuestro país

# Casi 12 % de la población sufre enfermedad renal crónica en México

## LAURA LUCÍA ROMERO MIRELES

La incidencia de enfermedad renal crónica (ERC) en México es de aproximadamente 12 % de la población, equivalente a 13 millones de personas, aunque podría ser mayor porque no se detecta en sus fases iniciales o tempranas, y es una de las principales causas de muerte en nuestro país, alertaron las académicas de la UNAM Norma Araceli Bobadilla Sandoval y Elizabeth Hernández Castro.

Norma A. Bobadilla, del Instituto de Investigaciones Biomédicas (IIBO), además de encontrar biomarcadores en orina que permiten un diagnóstico temprano (una proteína denominada Serpina A3, cuya presencia aumenta conforme el daño

La cifra podría ser mayor, pero en muchos casos no se detecta en sus fases iniciales o tempranas, alertaron especialistas de la Universidad

del órgano es mayor), ha descubierto un tratamiento eficaz con base en flocinas –medicamentos para pacientes diabéticos que reducen los niveles de glucosa en sangre– para evitar la transición de la lesión renal aguda a ERC.

En la Unidad Periférica de Fisiología Molecular del IIBO en el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, la línea de investigación de la científica y sus colaboradores les permitió ha-

llar que al administrar ese fármaco a animales con lesión aguda se evita, en cien por ciento, que desarrollen ERC, incluso la muerte, lo cual tiene un impacto importante.

Lo anterior, detalló, es posible gracias a que se mejora la perfusión renal (flujo sanguíneo que llega a los riñones) y a que se registró menos daño en las mitocondrias de las células (estrés oxidante). El tratamiento fue de solo 10 días, lo cual disminuye sus costos.

La universitaria, quien investiga hace más de 35 años los mecanismos de la enfermedad renal, explicó: la investigación nos permitió desarrollar ahora una línea traslacional, es decir, aplicada a la clínica. A pacientes que sufrieron lesión aguda les estamos administrando este medicamento durante 28 días y vamos a ver su impacto a largo plazo. Los primeros resultados fueron publicados el año pasado en la revista científica *JCI Insight*.

## Las opciones

El Día Mundial del Riñón, celebrado el 13 de marzo, es una oportunidad para recordar la importancia de la salud de esos órganos. Elizabeth Hernández Castro, de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, afirmó que la función renal puede verse afectada debido a alteraciones en la concentración de glucosa en sangre, lo que puede dar lugar a una complicación conocida como nefropatía diabética.

Esa función también puede deteriorarse por el mal control de la hipertensión arterial sistémica, una afección silenciosa que, con el tiempo, puede ocasionar daño. De manera menos frecuente, las infecciones urinarias complicadas también pueden causar afectaciones al riñón si no se tratan adecuadamente. “Lo preocupante es que muchas de estas afecciones se desarrollan de forma silenciosa, avanzando hasta un daño irreversible”, explicó la médica especialista en Medicina Familiar.

La detección temprana y la identificación de factores de riesgo pueden prevenir complicaciones graves, como la necesidad de diálisis,

hemodiálisis o un trasplante, sostuvo la universitaria.

Hernández Castro añadió que las causas más recurrentes son la diabetes, que al mantener altos niveles de glucosa daña los vasos sanguíneos que nutren los riñones; y la hipertensión arterial, que deteriora estos vasos y baja la capacidad de filtración.

Asimismo, también son factores importantes en la génesis del daño renal el uso indiscriminado de fármacos como los analgésicos no esteroideos, entre ellos diclofenaco, naproxeno e indometacina, o antibióticos aminoglucósidos como amikacina, neomicina y gentamicina, así como infecciones urinarias recurrentes y la deshidratación.

### Medidas preventivas

A su vez, Norma A. Bobadilla agregó que el daño renal se diagnostica por un cambio en la excreción de la creatinina (que es un producto de desecho) en el suero de los pacientes; si se eleva indica que hay una disfunción de los riñones. O bien, mediante el registro anormal de proteínas en la orina.

El control glucémico en pacientes diabéticos, junto con una dieta adecuada, el manejo de la presión arterial, el control del sobrepeso y la obesidad, son factores de riesgo que,

al ser controlados, pueden prevenir el deterioro de la función renal.

La experta sugirió beber dos litros de agua al día, realizar una química sanguínea de más de 20 elementos cada año, revisar niveles de colesterol y triglicéridos, así como realizar actividad física.

Elizabeth Hernández consideró que es importante evitar hábitos nocivos como el tabaquismo, el consumo excesivo de alcohol, la automedicación y el sedentarismo.

Cuando el daño es avanzado, se requieren terapias de sustitución renal, como la diálisis y la hemodiálisis, las cuales mejoran y prolongan la vida. Pero algunos pacientes las asocian con la muerte, cuando en realidad pueden darles una mejor calidad de vida.

Al respecto, Norma A. Bobadilla dijo que la hemodiálisis ha mejorado al contar con filtros que eliminan toxinas más efectivamente. Dichas terapias prolongan la vida en lo que se consigue un trasplante renal. “Una persona puede estar en terapia sustitutiva hasta por 10 años o más. Este periodo depende de las comorbilidades que tiene cada persona”.

No obstante, recalcaron las académicas, se requiere incrementar el número de trasplantes de riñón y, por lo tanto, la donación de órganos,

en especial cadavérica. De acuerdo con cifras del “Estado actual de Receptores, Donación y Trasplantes en México, Anual 2024” de la Secretaría de Salud y el Centro Nacional de Trasplantes, existen 16 mil 675 receptores en espera de ese órgano.

En contraste, el año pasado se realizaron dos mil 723 trasplantes, de los cuales mil 749 fueron de donante vivo, y 974 de fallecido. Norma A. Bobadilla destacó la urgente necesidad de formar un mayor número de especialistas, ya que el Consejo Mexicano de Nefrología registra sólo mil 499 profesionales certificados en todo el país, lo que equivale aproximadamente a un nefrólogo por cada cien mil habitantes. En contraste, la Organización Panamericana de Salud recomienda al menos 20 nefrólogos por cada millón de habitantes, lo que evidencia un déficit significativo de especialistas en México.

De acuerdo con las Estadísticas de Defunciones Registradas del Instituto Nacional de Estadística y Geografía, en 2023 se registraron 15 mil 929 fallecimientos por insuficiencia renal, de las cuales siete mil 59 correspondieron a mujeres y ocho mil 870 a varones, colocándose en ambos casos en el listado de los 10 principales motivos de deceso.

En la Universidad se aprobó recientemente la creación del Plan y Programas de Estudio de la Especialización en Trasplante Renal, que recibirá a médicos urólogos, cirujanos generales o cirujanos pediatras, quienes a lo largo de dos años contarán con una formación sólida en la procuración e implantación de riñones de donador vivo o fallecido, y en el seguimiento de pacientes.

### Conmemoración

El Día Mundial del Riñón, que se celebra cada segundo jueves de marzo, lleva por lema en 2025 “¿Están bien tus riñones? Descúbrelo a tiempo, protege tu salud renal”. Fue establecido en 2006 por la Sociedad Internacional de Nefrología y la actual Federación Internacional de Fundaciones Renales-Alianza Mundial del Riñón. *g*

- **La necesidad de diálisis, hemodiálisis o trasplante, complicaciones graves de los padecimientos del riñón.**

