

Mitos vs. Realidades: ¿Qué significa un diagnóstico de enfermedad renal crónica?

Recibir un diagnóstico de enfermedad renal crónica (ERC) puede ser aterrador. Después de este diagnóstico, es natural tener muchas preguntas y quizá busques respuestas en línea. Pero no todo en línea es preciso. Aquí aclaramos cinco de los mitos más comunes sobre la ERC para que te sientas más informado y con mayor control.

Mito 1

Si me siento bien, mis riñones deben estar bien.

La verdad: La ERC a menudo no tiene síntomas, especialmente en las primeras etapas. Muchas personas no notan signos de ERC hasta las etapas 4 o 5. Por eso importan tanto tus resultados de laboratorio, como tu TFG. Pueden detectar cambios en tu salud renal mucho antes de que sientas algo. No te saltes tus chequeos regulares con tu médico y realiza los análisis cuando se recomienden.

Mito 3

Tener ERC en etapa 3 significa que la insuficiencia renal está garantizada.

La verdad: Muchas personas con ERC en etapa 3 pueden evitar la insuficiencia renal con un plan de atención sólido. Un diagnóstico de etapa 3 no es una cuenta regresiva; es una señal para comenzar a gestionar activamente tu salud. Con un plan de atención personalizado y acción temprana, muchas personas se mantienen estables en la etapa 3 durante años.

Mito 3

Dado que la ERC siempre empeora, manejarla no hará diferencia.

La verdad: Tienes mucho más control sobre tu salud renal de lo que crees. Como se mencionó antes, la detección temprana y trabajar estrechamente con tu equipo de atención puede ayudar a ralentizar el progreso de la ERC. Crear hábitos saludables como controlar la presión arterial y el azúcar en sangre, tomar los medicamentos adecuados, y hacer cambios saludables en el estilo de vida también pueden marcar una diferencia real.

Mito 4

La insuficiencia renal ocurre de repente, sin previo aviso.

La verdad: Mientras que la insuficiencia renal puede ocurrir repentinamente después de una lesión, en la mayoría de las personas se desarrolla con el tiempo. Con detección temprana y un equipo de atención fuerte, el progreso de la ERC puede ser gradual y monitoreado de cerca. Tu equipo de atención sigue marcadores específicos con el tiempo. Si alguna vez la diálisis se vuelve una posibilidad, te explicarán tus opciones con anticipación. No te tomarán por sorpresa.

Mito 5

Una caída repentina en mi TFG significa que mis riñones están fallando rápido.

La verdad: Un resultado de laboratorio no cuenta toda la historia. Es normal que tu TFG varíe un poco de un examen a otro. Cosas como cuánta agua bebió, una enfermedad reciente o incluso el propio laboratorio pueden afectar una sola lectura. Tu equipo de atención revisa tus resultados y tendencias a lo largo del tiempo para entender qué está realmente pasando. Un solo número no es suficiente para sacar conclusiones.



Estamos aquí para ayudarte

Comunícate con nuestro equipo de atención. Ellos pueden ayudarte a responder tus preguntas sobre salud renal y crear el mejor plan para ti.