

Consulte a su médico o a su enfermera si tiene preguntas o inquietudes.

Diálisis Peritoneal

Los riñones juegan un papel importante en las funciones corporales. Cuando los riñones fallan, se requiere un tratamiento como la diálisis peritoneal (PD, por sus siglas en inglés) que ocupe el lugar de los riñones. Su equipo de atención renal, que incluye su médico, asistente médico (PA, por sus siglas en inglés) y enfermera lo ayudarán a saber más al respecto. Este folleto lo ayudará a comenzar. Le explicará:

- Qué es la PD y cómo puede ayudarlo.
- Qué esperar.
- Cambios en el estilo de vida y cómo cuidarse.

Función renal

Los riñones:

- Eliminan los residuos y el exceso de líquidos de la sangre.
- Regulan determinadas sustancias químicas (hormonas) en la sangre.
- Controlan la presión arterial.

Cuando los riñones no funcionan bien, la presión arterial, los productos residuales y los fluidos en el cuerpo pueden aumentar hasta niveles que no son seguros. Algunos ejemplos de productos residuales son la urea y la creatinina. Estos son productos secundarios normales de las funciones corporales que los riñones eliminan de su sangre. Algunas sustancias químicas (electrolitos) en la sangre, como el potasio y el fósforo, también puede aumentar hasta niveles peligrosos si sus riñones no pueden eliminarlas. La enfermedad renal puede causar:

- Náuseas, poco apetito, pérdida de peso
- Problemas para dormir, calambres musculares nocturnos
- Debilidad, menor energía, anemia
- Inflamación
- Disnea
- Períodos menstruales irregulares
- Piel seca y con picazón.
- Ritmo cardíaco irregular y problemas cardíacos

La diálisis es un tratamiento que se hace cargo de parte del trabajo de su riñones. Elimina estos residuos y los fluidos que sobran para que no se acumulen en el cuerpo. También ayuda a controlar su presión arterial.

Cuándo comenzar la diálisis

La insuficiencia renal progresa por etapas. Su médico o asistente médico controlarán sus exámenes de sangre y le dirán cuándo sea necesario considerar la diálisis. Por lo general, esto sucede cuando su tasa de filtración glomerular (GFR, por sus siglas en inglés) está por debajo de 15. La GFR se calcula a partir de la prueba de sangre de creatinina. La creatinina es un producto residual normal del tejido muscular que los riñones filtran de la sangre y excretan por la orina. Una GFR baja indica que la capacidad de los riñones para eliminar la creatinina está disminuyendo. Por lo tanto, la creatinina se acumula en la sangre. Este es un signo de insuficiencia renal.

Tipos de PD

La PD es una forma de diálisis. Puede hacerse mientras está en casa o en el trabajo, o incluso mientras viaja. Existen dos tipos principales de PD. Su proveedor de atención médica puede ayudarlo a decidir qué tipo es mejor para usted. Los dos tipos son:

- **Diálisis peritoneal continua ambulatoria (CAPD, por sus siglas en inglés).** Al usar la CAPD, se le enseñará a hacerse su propia diálisis 3 a 4 veces por día.
- **Diálisis peritoneal automatizada (APD, por sus siglas en inglés).** Se conectará a una máquina que le hace diálisis mientras duerme. Según su función renal, también es posible que deba usarla durante el día. Si usa APD, se le enseñará a usar la máquina.

Sobre la PD

Antes de comenzar la PD, se coloca un tubo blando (catéter) en su vientre. Esto requiere cirugía menor. A pesar de que parte del catéter está adentro, el resto está afuera. La parte externa del catéter se conectará a un tubo especial para diálisis.

Durante la PD, de 2 a 3 cuartos de un fluido limpiador (dialisato) fluyen hacia su vientre a través de los catéteres. Esto toma alrededor de 10 minutos. Este fluido llena su vientre y permanece adentro durante algunas horas o más. La duración del **tiempo de permanencia** depende del tamaño de su cuerpo y cuánto residuo es necesario eliminar.

Durante el tiempo de permanencia, los residuos y líquidos atraviesan el recubrimiento del abdomen hacia el dialisato. Este recubrimiento actúa como un filtro e impide que otros productos sanguíneos importantes se eliminen del cuerpo.

Si utiliza el método de la CAPD, el catéter se tapa después de que el dialisato llene su vientre. Esto se hace para evitar fugas. Al final del tiempo de permanencia, el tapón se retira y se conecta una bolsa vacía de forma de drenar el dialisato. Cuando su vientre se haya vaciado de dialisato, el catéter se vuelve a tapar y la bolsa con el dialisato se desecha.

Este proceso se repite varias veces durante el día. Cada secuencia de llenar el vientre con dialisato fresco, dejar que el fluido permanezca y luego drenar se denomina **intercambio**. Si elige el método de APD, la máquina hará los intercambios en su lugar.

Aprender a hacer la PD

Antes de hacer la PD en su hogar, se le enseñará a:

- Hacer los intercambios si utiliza CAPD
- Preparar la máquina si usa APD
- Pedir insumos
- Limpiar y cuidar su catéter cada día
- Protegerse de infecciones

Descripción de su PD

Su médico le recetará el tipo de diálisis que necesita. Su indicación puede variar dependiendo de varios factores, que incluyen:

- Su tamaño corporal. Esto determina cuánto dialisato se necesita y cuántos intercambios puede que necesite.
- Función renal remanente. Es posible que se realice un examen de sangre y recolección de orina durante 24 horas para determinar esto antes de comenzar la diálisis y periódicamente a partir de ese momento. Si su función renal cambia, se deberán hacer cambios a la diálisis.
- Su nutrición. Es importante que sigas las pautas de dieta para recibir todos los nutrientes adecuados. Esto puede ayudar a que se sienta mejor durante la diálisis. Los cambios en la dieta pueden afectar sus necesidades de diálisis.
- Salud general. Si recibe suficiente diálisis, debería sentirse bien, tener buen apetito y la energía para hacer actividades que desea. Si no es así, indíquesele a su médico, en especial si no puede completar sus actividades diarias debido a:
 - Náuseas que interfieren mientras come.
 - Pérdida de apetito o del gusto.
 - Baja energía o sensación de cansancio.

Es posible que su médico deba ajustar su diálisis o tratar otros problemas médicos que pudieran ser la causa.

Su receta de PD incluirá:

- Cuántos intercambios necesita cada día
- Cuánto tiempo debe permanecer el dialisato en su vientre (tiempo de permanencia)
- Cuánto dialisato usar en cada intercambio
- Qué tipo de dialisato usare

Control de infecciones

La peritonitis es una infección grave que afecta el recubrimiento interno del vientre donde el dialisato permanece. Esto sucede cuando gérmenes entran en el catéter de PD. Se requieren antibióticos para tratar esto. Sin embargo, debe tratarse rápidamente. Siga estos lineamientos para prevenir infecciones:

- Lávese bien las manos con un jabón **antibacterial** durante al menos **2 minutos antes de cada intercambio**. Use una **toalla de papel desechable** para secar sus manos. Esto impide el contacto con gérmenes que pueden estar en una toalla de tela.
- Después de lavarse las manos, solo toque los insumos usados para la PD. Si toca cualquier otra cosa, asegúrese de lavarse nuevamente las manos.
- Asegúrese de que los intercambios de PD se hagan en un área **limpia**.
- Usted y las demás personas en la habitación deben usar una **máscara** quirúrgica. Esto impide que los gérmenes se asienten en el catéter cuando salen por la boca en el aire de exhalación.
- Prepare todos sus suministros y equipos antes de comenzar su PD.
- **No permita** que haya niños o mascotas en la habitación durante la PD.
- Apague ventiladores de techo y acondicionadores de aire. Esto ayuda a evitar que los gérmenes en el polvo se depositen sobre el catéter o los insumos estériles usados para la PD.
- Cierre la puerta y las ventanas para evitar que las corrientes de aire propaguen los gérmenes del polvo en el lugar de PD.
- No tosa ni estornude sobre los insumos de la PD. Estos insumos son estériles y deben mantenerse libres de gérmenes. Si lo hace, comience nuevamente con insumos nuevos. Deseche cualquier cosa que se haya contaminado con gérmenes.
- Siga las instrucciones para hacer los intercambios exactamente como se le enseñó. Antes, pregunte a su equipo de atención si debe hacer cambios.

Cuidado del catéter

Para mantener su catéter funcionando bien, haga lo siguiente **todos los días**:

- Use ropa suelta, en especial alrededor del lugar de salida. La ropa apretada y correas pueden afectar el funcionamiento del catéter.
- Lávese bien las manos antes y después de cada intercambio de PD.
- No apriete ni tire del catéter.
- Pegue con cinta adhesiva el catéter a su piel para evitar tirar de él accidentalmente. Hágalo todos los días.
- Mantenga objetos afilados como cuchillos o tijeras lejos del catéter.
- Verifique si el catéter tiene fisuras.
- Limpie el catéter y el lugar de salida con jabón y agua al menos una vez por día. Use un paño limpio cada vez.

Su equipo de diálisis puede pedirle que mantenga un vendaje especial sobre el lugar de salida del catéter. De ser así, siga sus instrucciones para cuidar y limpiar el catéter y el sitio alrededor.

Cómo proteger sus riñones

Incluso si necesita diálisis, probablemente todavía tenga algo de función renal. Ayude a mantener su función renal y evite problemas innecesarios con estos consejos.

- ✓ Tome los medicamentos para la presión arterial según la receta. Mantener su presión arterial bajo control ayuda a proteger sus riñones de mayores daños.
- ✓ No tome medicamentos que pueden causar mayor daño renal. Estos pueden incluir algunos antibióticos y analgésicos de venta libre llamados NSAID, por sus siglas en inglés. NSAID significa antiinflamatorios no esteroides. Los NSAID puede incluir distintos medicamentos que incluyen el ibuprofeno (Motrin®, Advil®) y el naproxeno (Aleve®, Naprosyn®).
- ✓ Consulte a su equipo si tomar diuréticos puede ayudarlo. Los diuréticos pueden ayudar a evitar la acumulación de sal y agua en su cuerpo.
- ✓ Mantenga otras afecciones médicas controladas, como la diabetes y la presión arterial alta.

Dieta

Es posible que deba cambiar su dieta después de comenzar la diálisis. Aunque es posible que deba limitar algunos alimentos, es importante que obtenga las calorías y la nutrición necesarias para mantenerse lo más saludable posible. Un dietista puede ayudarlo a planificar un menú y elegir el tipo correcto de alimentos.

Nota: El líquido para la PD contiene azúcar. Esto puede afectar su peso. Hable con su dietista para que lo ayude a ajustar su dieta y evitar subir de peso.

Si toma insulina u otros medicamentos para la diabetes, es posible que su dosis necesite ajustes.

Estilo de vida

Ajustarse a los cambios que la diálisis introduce en su vida toma tiempo. Una vez que se establece una rutina y usted se acostumbra a la rutina de la diálisis, es posible que se sienta mejor. Con diálisis y medicamentos, es posible que se sienta más fuerte y menos cansado. Incluso puede que disfrute de muchas de las mismas actividades que hacía antes de la enfermedad renal.

El ejercicio regular puede ayudarlo a sentirse mejor y más fuerte. Para mejorar su calidad de vida, pregunte qué tipo de programa de ejercicios es adecuado para usted.

El apoyo de familiares y amigos puede hacer la diferencia. Siga haciendo las cosas que disfruta con sus seres queridos.

Preguntas o problemas

Incluso después de que haya comenzado la PD en casa, deberá ver a su equipo de atención de diálisis para realizarse exámenes de sangre y controles regulares. Ellos hablarán con usted sobre:

- Su salud general
- Su estado nutricional
- Sus tratamientos de diálisis
- Cualquier problema o síntoma que pudiera tener

Presente sus inquietudes a su equipo de atención en sus visitas. Entre visitas, llame al consultorio si tiene preguntas o inquietudes. ¡Su atención en nuestra prioridad! Debe recordar siempre que no está solo.