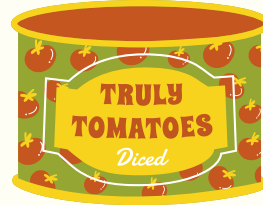


¿CÓMO PREVENIR O RETRASAR LA PROGRESIÓN DE LA ENFERMEDAD?



Evitar embutidos, alimentos procesados, congelados, enlatados o salazones.



Ejercicio moderado de 30 a 60 min. de 4 a 7 días a la semana



La alimentación depende del grado de enfermedad del paciente



Debe asegurarse una ingesta adecuada de líquidos

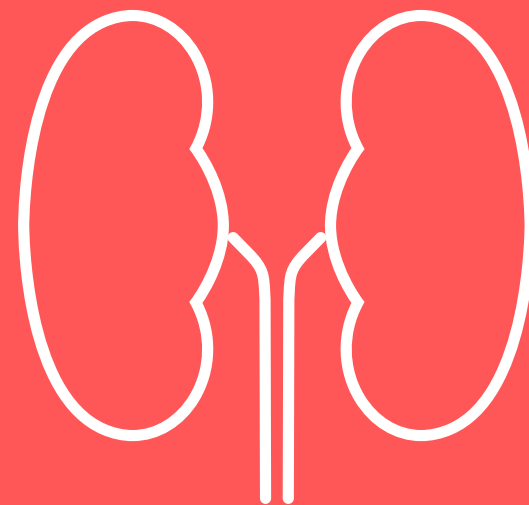


Acude a un especialista



Proyecto de Atención, Seguimiento y Acompañamiento a casos y familias con COVID-19 desde la UACM

¿QUÉ ES LA INSUFICIENCIA RENAL CRÓNICA(ERC)?



INSUFICIENCIA RENAL CRÓNICA

Presentes anormalidades irreversibles en la estructura y función del riñón con una persistencia de más de 3 meses, con una disminución de la filtración glomerular $<60\text{ml/min}$, sin otros signos de lesión renal.



FACTORES DE RIESGO



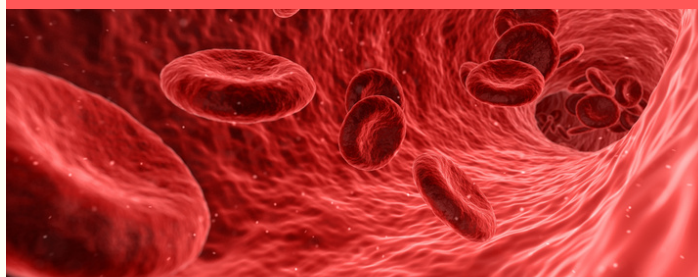
- Adulto mayor de 60 años
- Sexo masculino
- Antecedentes familiares
- Hipertensión Arterial
- Diabetes mellitus
- Sobrepeso
- Dislipidemia
- Anemia
- Tabaquismo



COMPLICACIONES



Anemia,
Alteración de la filtración de mineral
Complicaciones cardiovasculares



DIANÓSTICO



Evaluación de sintomatología

- Expulsión involuntaria de la orinar
- Ganas frecuentes de orinar
- Necesidad exagerada de beber agua
- Dolor durante la evacuación
- Presencia de sangre de orina

Análisis de Orina:

hematuria, proteinuria, cilindros hemáticos y evaluación de la Función Renal.

CLASIFICACIÓN

Categoría de ERC	FG(ml/min)	Descripción	
Estadio 1	≥ 90	Normal o elevada	
Estadio 2	60-89	Ligeramente disminuido	
Estadio 3a	45-59	Ligera o moderadamente disminuido	
Estadio 3b	30-44	Moderada o gravemente disminuido	
Estadio 4	15-29	Gravemente disminuido	
Estadio 5	<15	Fallo renal	
Categoría de albuminuria	Orina 24hr. mg/ 24hr.	Muestra Albi/Cre mg/g	Muestra aislada Pro/Cre mg/mg
A1: Normal o levemente elevada	<30	<30	<0.15
A2: Moderadamente elevada	30-300	30-300	>0.3
A3: Muy elevada	>300	>300	>300

(Lorenzo, V. 2020)