

RIÑONES

Tus filtros vitales

Funciones, qué puede fallar y por qué medir la proteinuria es clave

¿Qué hacen los riñones por ti?¹

Los riñones son órganos vitales que filtran unos **180 litros de sangre** y producen alrededor de **1-2 litros de orina** cada día.



Tienen ~10 cm de largo y pesan 180 gramos

¿Para qué sirven nuestros riñones?¹



Eliminan toxinas y líquidos que el cuerpo no necesita



Regulan la tensión arterial eliminando el exceso de sodio



Regulan el pH del cuerpo para que se mantenga saludable



Mantienen la salud ósea gracias a que producen una hormona llamada calcitriol



Producen eritropoyetina que ayuda a formar glóbulos rojos de la sangre



¿Qué pasa con tus riñones?

El lupus puede producir una inflamación de los riñones. Cuando esto ocurre, se llama **nefritis lúpica**. El resultado es una **mayor dificultad de los riñones para filtrar la sangre** de manera adecuada.

¿Qué síntomas puede causar la inflamación de los riñones?



Hinchazón en piernas



Cambios en la orina (frecuencia, cantidad, olor y espuma)



Presión arterial alta



Cansancio o malestar general

Incluso cuando uno se siente bien, **mantener hábitos saludables** puede ayudar a retrasar el daño renal. También es adecuado un **seguimiento médico** para detectar y tratar a tiempo cualquier problema renal.

Es importante realizar análisis de orina regularmente en todos los pacientes con lupus y nefritis lúpica para controlar la salud renal, ya que los síntomas no son siempre evidentes en las primeras etapas.

Los médicos utilizan varias pruebas para controlar la salud de los riñones. Las principales son las siguientes:



Control de la proteinuria, que es la presencia de proteínas en la orina, lo cual indica que los riñones pueden estar dañados.



Análisis de sangre para medir los niveles de creatinina y la tasa de filtración glomerular (TFG), que indican el funcionamiento renal.

COMPROBACIÓN RÁPIDA

Para detectar un daño renal o saber si los riñones funcionan de manera adecuada se recomienda hacer un **análisis de orina periódico***, con el que detectar la presencia de proteínas o albúmina.⁴



* Cada 6 a 12 meses en pacientes con lupus sin afectación renal; cada 3 meses en pacientes con nefritis lúpica que no han alcanzado todavía respuesta renal completa; cada 3 a 6 meses en pacientes con nefritis lúpica con respuesta renal completa.



**Si tienes preguntas o necesitas apoyo,
¡contacta con nosotros!**



674 250 527 · www.felupus.org

Referencias:

- 1** Tortora G y Derrickson B. Principios de Anatomía y Fisiología. 15ª ed. Editorial Médica Panamericana S.A. 2022
- 2** Ortego N, Martín A, de Ramón Garrido E. Guía para pacientes con nefritis lúpica: aspectos generales. Editorial Universidad de Granada. 2023. Disponible en: <https://editorial.ugr.es/media/ugr/images/edition-131298.jpg>
- 3** Anders, H. J., Saxena, R., Zhao, M. H., & Parodis, I. (2020). Lupus nephritis. Nature Reviews Disease Primers, 6(1), 7.
- 4** American College of Rheumatology (ACR). Summary of 2024 Guideline for the Screening, Treatment, and Management of Lupus Nephritis.

Fecha elaboración: Marzo 2025

Elaborado por:

