DOENÇA RENAL CRONICA

SAÚDEFLIX®

Conteúdos extraídos de saudeflix.pt

AstraZeneca

ÍNDICE

O que é a Doença Renal Crónica? Pag.2

O diagnóstico precoce é importante? Pag.3

Como funcionam os rins? Pag.4

Quais são os estadios? Pag.5

Sintomas e causas da Doença Renal Crónica? Pag.6

Como tratar a Doença Renal Crónica? Pag.7

O que devo fazer? Pag.8

Scan aqui

Consulte a página de doença no portal **SaúdeFlix.pt**

© Copyright 2022

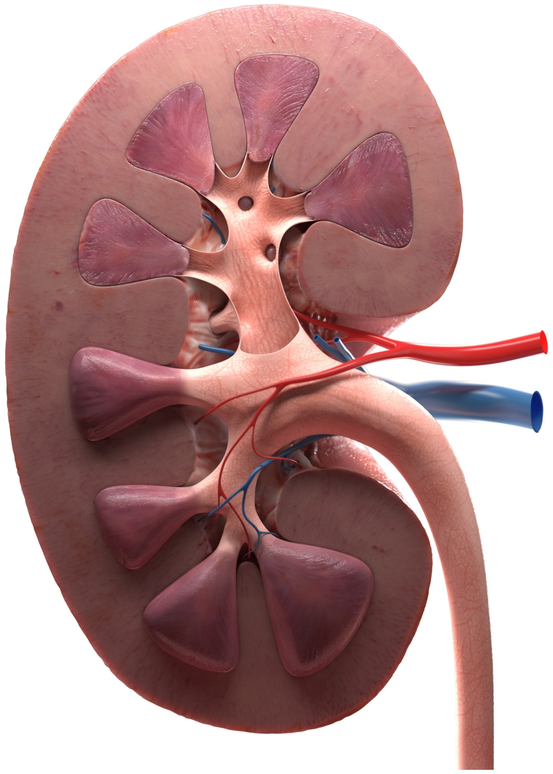
O QUE É A DOENÇA RENAL CRÓNICA?

A DOENÇA RENAL CRÓNICA (DRC)

A doença renal crónica consiste no declínio lento e progressivo da capacidade dos rins em filtrar o sangue. Existem muitos fatores que podem provocar a lesão dos rins e diminuir a sua capacidade de manter a saúde através da filtração de resíduos e impurezas do sangue. Se a doença renal agrava, esses produtos acumulam-se no sangue e fazem com que se sinta doente.[1]

A doença renal também aumenta o risco de desenvolver outras doenças (como por exemplo doença cardiovascular, anemia, hipertensão) e a sua progressão leva a falência renal, que requer diálise ou transplante renal para se sobreviver. A detecção e tratamento precoce podem frequentemente evitar que a doença renal progrida. [1]

As causas mais comuns da doença renal crónica são a diabetes *mellitus*, a hipertensão (pressão arterial alta) e a presença de doença cardiovascular.[2] Esta doença é silenciosa e, normalmente, apresenta sintomas apenas em fases mais avançadas.[1]



Por isso, é importante manter-se atento e fazer exames ao sangue e à urina regularmente. Para mais informações consulte o seu médico.[3]

Referências

1. National Kidney Foundation. Kidney disease: The basics. About Kidney Disease. Published 15 February 2017. Acedido em março de 2022, em: https://www.kidney.org/atoz/content/about-chronic-kidney-disease
2. National Kidney disease: The Heart and Kidney Connection. Published 19 may 2019. Acedido em março de 2022, em: https://www.kidney.org/atoz/content/heart-and-kidney-connection
3. National Kidney Foundation. Kidney Disease: Estimated Glomerular Filtration Rate. Acedido em março de 2022, em: https://www.kidney.org/atoz/content/gfr

Veeva ID: PT-12118 Aprovado a 03/2022

© Copyright 2022

O DIAGNÓSTICO PRECOCE É IMPORTANTE?

Na doença renal crónica, o diagnóstico precoce é fundamental.[1,2]

Quanto mais precocemente for diagnosticada a doença renal crónica, melhor.[1,2] A doença renal pode aumentar o risco de desenvolver doença cardiovascular e outras complicações (como, por exemplo, anemia, hipertensão, etc.), que podem surgir de forma lenta e progressiva ao longo do tempo. O diagnóstico precoce e tratamento da doença renal pode também permitir travar o agravamento da mesma e o desenvolvimento de insuficiência renal.[3]

O seu médico pode recomendar ações que têm demonstrado ajudar a retardar a progressão da doença e a preservar a função renal.

Este *e-book* foi elaborado com o intuito de fornecer informações sobre esta doença, bem como, sugestões úteis.

Referências

1. Ravera M, *et al.* CKD awareness and blood pressure control in the primary care hypertensive population. Am J Kidney Dis. 2011;57(1):71-77

2. Alabama Department of Public Health. Special Task Force on Chronic Kidney Disease report. Published April 2007. Acedido em março de 2022. https://www.alabamapublichealth.gov/publications/assets/kidneydiseasereport.pdf

3. National Kidney Foundation. Kidney disease: The basics. About Kidney Disease. Published 15 February 2017. Acedido em março de 2022, em: https://www.kidney.org/atoz/content/about-chronic-kidney-disease

Veeva ID: PT-12118 Aprovado a 03/2022

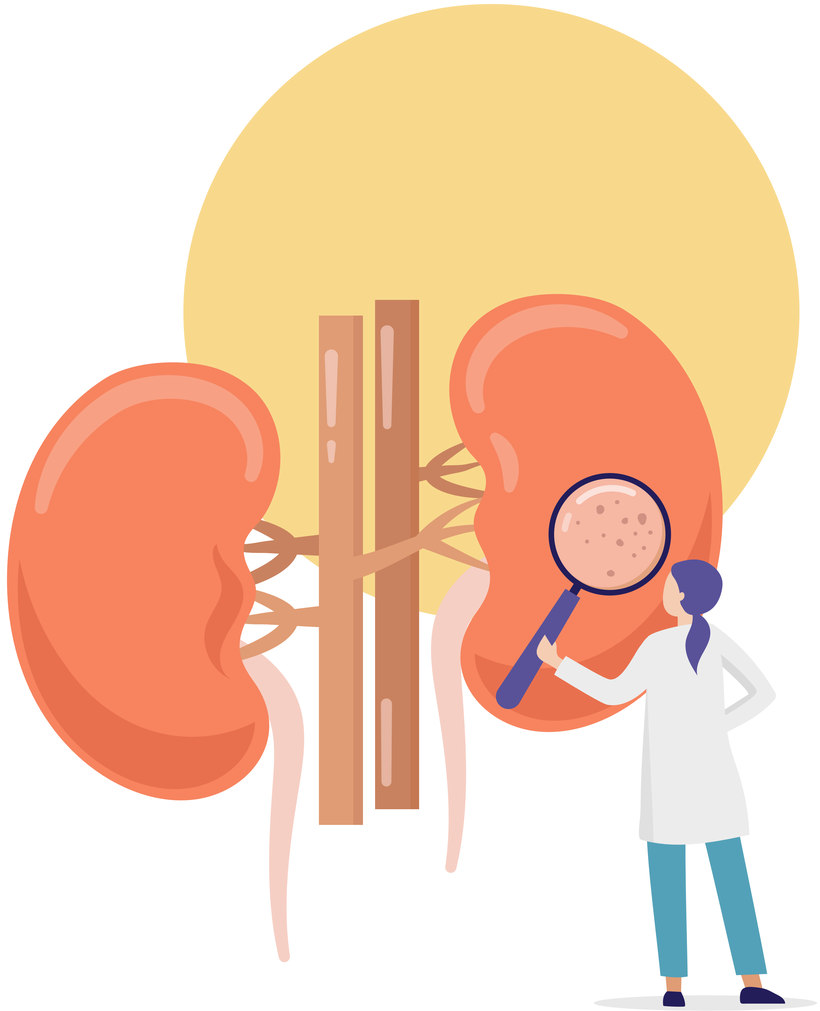
© Copyright 2022

COMO FUNCIONAM OS RINS?

O que fazem os rins?

Os rins, apesar do seu pequeno tamanho, desempenham funções complexas e vitais para o corpo. Eles são o sistema de filtragem, filtrando o sangue e removendo resíduos e impurezas, enquanto regulam compostos e nutrientes que o corpo necessita (como por exemplo nutrientes, vitaminas, hormonas, glóbulos vermelhos)[1].

O funcionamento dos seus rins afeta todos os outros sistemas do seu corpo. Os rins e o coração estão particularmente relacionados. Danos num podem levar a danos noutro, o que pode resultar em graves complicações de saúde.[2,3]



Referências

1. National Kidney disease: How Kidneys Work, Published 2015. Acedido em março de 2022, em: https://www.kidney.org/atoz/content/howkidneyswork
2. Ravera M, *et al*. CKD awareness and blood pressure control in the primary care hypertensive population. Am J Kidney Dis. 2011;57(1):71-77
3. Ronco C *et al*. J Am Coll Cardiol. 2008;52(19):1527-1539

Veeva ID: PT-12118 Aprovado a 03/2022

© Copyright 2022

QUAIS SÃO OS ESTADIOS?

Como avaliar o funcionamento dos seus rins conheça os seus rins através dos números

A doença renal crónica (DRC) é categorizada em estados, do 1 a 5.[1]

Os estadios são determinados por um cálculo chamado TFGe, que avalia quão bem os seus rins estão a fazer o seu trabalho de filtragem.[1]

Felizmente, a sua TFGe é facilmente monitorizada pelo seu médico, estando incluída nas análises mais completas em exames de rotina.

A monitorização da sua TFGe pode alertar o seu médico para alguns sinais de que a sua função renal pode estar a diminuir. Se for esse o caso, converse com o seu médico sobre os próximos passos a pôr em prática.[1]

ESTADIOS DA DRC		TFGe	% DE FUNÇÃO RENAL
ESTADIO 1	Dano renal mínimo com função renal normal	90 ou acima	90%-100%
ESTADIO 2	Dano renal com perda mínima da função renal	60 a 89	60 a 89
ESTADIO 3a	Perda mínima a moderada da função renal	45 a 59	45 a 59
ESTADIO 3b	Perda moderada a grave da função renal	30 a 44	30 a 44
ESTADIO 4	Perda grave da função renal	15 a 29	15 a 29
ESTADIO 5	Doença renal terminal	<15	<15%

Adaptado de 1.

Abreviaturas:

DRC: Doença Renal Crónica; **TFGe:** Taxa de Filtração Glomerular estimada.

Referências

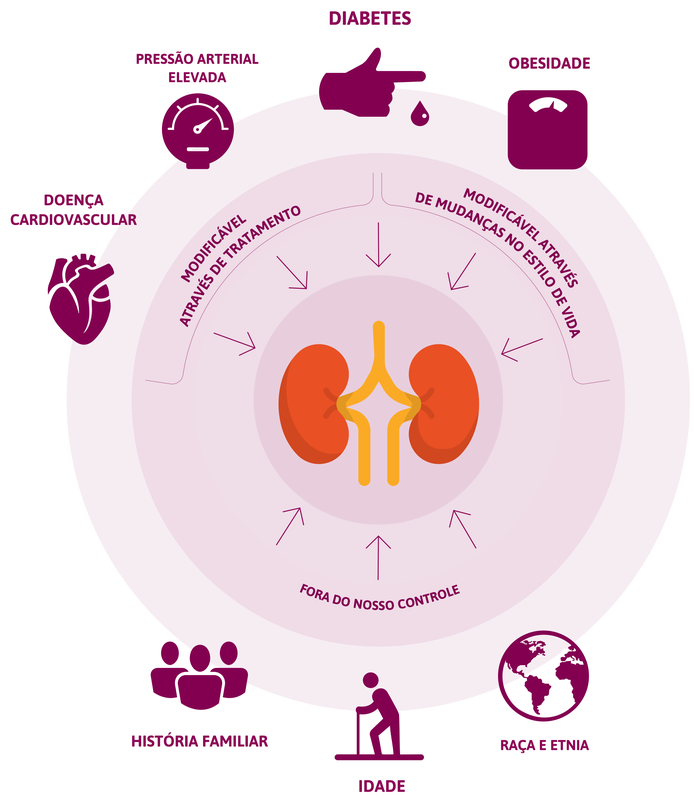
1. National Kidney Foundation. Estimated glomerular filtration rate (eGFR). Published 14 September 2020. Accessed March 2022. https://www.kidney.org/atoz/content/gfr

Veeva ID: PT-12118 Aprovado a 03/2022

© Copyright 2022

SINTOMAS E CAUSAS DA DOENÇA RENAL CRÓNICA?

Porque é que tenho doença renal crónica?



Adaptado de 3.

A doença renal crónica é chamada de "doença silenciosa", com a maioria das pessoas a não apresentarem sintomas nos estadios iniciais. Mas existem vários fatores de risco, que são das causas mais comuns de desenvolvimento de doença renal crónica.[1]

Diabetes, pressão arterial elevada e doenças cardiovasculares são os três principais fatores de risco para a doença renal crónica, mas existem outros – alguns estão sob o nosso controlo, outros não.[1,2]

Na maioria dos casos, os sintomas podem não surgir até a doença renal se encontrar em estadios mais avançados. Contudo, alguns dos sinais e sintomas manifestados podem incluir:[4]

Adaptado de 4.

Referências

1. Alabama Department of Public Health. Special Task Force on Chronic Kidney Disease report. Publicado em abril de 2007. Acedido em março de 2022, em: https://www.alabamapublichealth.gov/404page.html
2. Ravera M, *et al*. CKD awareness and blood pressure control in the primary care hypertensive population. Am J Kidney Dis. 2011;57(1):71-77
3. National Kidney Foundation. Kidney Dialysis. Publicado a 04 de fevereiro de 2022. Acedido em março de 2022, em: https://www.kidney.org/atoz/content/dialysisinfo
4. National Kidney Foundation. Kidney disease: Simple steps can prevent the progress of CKD. Publicado a 13 de dezembro de 2005. Acedido em março de 2022, em: https://www.kidney.org/news/newsroom/newsrelease/0314

Veeva ID: PT-12118 Aprovado a 03/2022

© Copyright 2022

COMO TRATAR A DOENÇA RENAL CRÓNICA?

O que pode fazer para evitar que a doença renal crónica piore?

Atuar precocemente tem demonstrado ajudar a preservar a função renal, atrasando ou até mesmo evitando a diálise[1,2]

A diálise é um processo necessário para realizar a filtragem do sangue, quando os seus rins já não conseguem fazê-lo de forma eficaz. Este processo geralmente é necessário no estadio 5 da doença renal crónica, quando os rins perderam 85% ou mais da sua capacidade de funcionar.[3]

Aqui estão os passos que pode tomar agora para impedir que a doença renal crónica progrida.

Bónus: estas dicas também são boas para todos os outros sistemas do seu corpo, especialmente para o seu sistema cardiovascular![4]

- Se tem diabetes, tome todas as medidas para monitorizar ativamente a sua glicose no sangue. A diabetes é das principais causas de doenças renal crónica
- Informe o seu médico sobre todos os medicamentos que está a tomar, incluindo aqueles que obtém sem receita médica, vitaminas e suplementos. alguns deles podem prejudicar os rins.
- Monitorize e controle a sua pressão arterial
- Faça exercício e mantenha um peso saudável
- Mantenha o colestrol sob controle para evitar mais danos nos vasos sanguíneos
- Não fume; Fumar pode agravar os danos nos rins
- Tenha uma dieta amiga dos seus rins; consulte um nutricionista
- Consulte o seu médico regularmente. este pode prescrever-lhe medicamentos que reduzem a pressão dentro dos rins

Adaptado de 4.

Referências

1. National Kidney disease: How Kidneys Work, Published 2015. Acedido em março de 2022, em: https://www.kidney.org/atoz/content/howkidneyswork
2. Ravera M, *et al.* CKD awareness and blood pressure control in the primary care hypertensive population. Am J Kidney Dis. 2011;57(1):71-77
3. Ronco C *et al.* J Am Coll Cardiol. 2008;52(19):1527-1539
4. National Kidney Foundation. Kidney disease: Simple steps can prevent the progress of CKD. Publicado a 13 de dezembro de 2005. Acedido em março de 2022, em: https://www.kidney.org/news/newsroom/newsrelease/0314

Veeva ID: PT-12118 Aprovado a 03/2022

© Copyright 2022

O QUE DEVO FAZER?

Você não está sozinho.

Estima-se que 9 em cada 10 doentes não têm conhecimento sobre a Doença Renal Crónica. Ser proativo e agir desde o início, pode ajudar a retardar a progressão da doença ou até mesmo prevenir a insuficiência renal.[1]

Manter-se atualizado através de notícias, sobre os tratamentos mais recentes e o estado da sua doença também pode ajudar.

Incentivamo-lo a procurar saber mais, de forma a poder diagnosticar precocemente a doença renal crónica.

AQUI ESTÃO TRÊS PASSOS SIMPLES QUE PODE SEGUIR

Dê atenção ao funcionamento dos seus rins

Reveja a sua Taxa de Filtração Glomerular (TFG)

Converse com o seu médico

Como monitorizar a sua doença renal?
Falar um pouco sobre os diferentes testes realizados, não só a TFG, mas também a RAC.[2]

"Diria a outras pessoas recém diagnosticadas, por favor, não entrem em pânico."

- Doente com doença renal crónica.*

*imagem não corresponde a doente real.

Referências

1. GBD Chronic Kidney Disease Collaboration, Lancet. 2020; 395(10225);709-733.

2. National Kidney Foundation: Know your Kidneys Numbers Two Simple Tests. Acedido em março de 2022, em: https://www.kidney.org/atoz/content/know-your-kidney-numbers-two-simple-tests

Veeva ID: PT-12118 Aprovado a 03/2022

© Copyright 2022

SAUDEFLIX®

AstraZeneca

Aceda a mais informações em: **www.saudeflix.pt**

Propriedade intelectual AstraZeneca, com todos os direitos reservados