



APOYO A LAS DECISIONES DE LOS ADULTOS QUE VIVEN CON LA ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA

La enfermedad renal crónica (ERC) aparece cuando los riñones están dañados y no pueden recuperarse. Esto afecta a cómo los riñones eliminan los desechos y el agua. Algunas causas de ERC son la diabetes, enfermedad vascular (vasos sanguíneos) e inflamación de los riñones. Además de afectar a sus riñones, la ERC puede afectar a otras partes de su cuerpo como los pulmones y el corazón. La ERC tiene cinco etapas, pero con tratamiento y cambios en el estilo de vida se puede retardar o detener el progreso de la ERC a la siguiente.

Presentar la ERC puede suponer una experiencia que cambie su vida. Usted y su familia pueden sentirse inseguros acerca de cómo vigilar su salud, controlar los síntomas o elegir el mejor tratamiento para usted. Es importante para usted que comparta sus pensamientos e ideas con su equipo de salud. Ellos necesitan comprender sus preferencias, situación personal y qué es lo más importante para usted. Así, podrá trabajar con su equipo de salud para establecer las prioridades y determinar el tipo de cuidado que mejor se adapte a sus decisiones y las de su familia.

USTED DEBERÁ HACER FRENTE A DIFERENTES DECISIONES SOBRE SU SALUD Y ESTILO DE VIDA SI VIVE CON LA ERC. LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS QUE VIVEN CON LA ERC NECESITAN TOMAR DECISIONES SOBRE:

- La dieta, peso y ejercicio.
- Medicación.
- Cambios en el estilo de vida.
- Planificación para el cuidado futuro.

SI SU ERC PROGRESA A TRAVÉS DE TODAS LAS ETAPAS DE LA ENFERMEDAD RENAL, USTED DEBERÁ HACER FRENTE A DECISIONES SOBRE TRATAMIENTO SOBRE SI SOMETERSE O NO A:

- **Trasplante de riñón:** un riñón sano de otra persona se coloca en su cuerpo durante una operación. Este riñón eliminará los desechos y el agua.
- **Diálisis peritoneal:** un catéter situado en su abdomen mediante una operación. Usted usará ese catéter para colocar un fluido especial para eliminar los desechos y el agua. Usted realizará este tratamiento desde casa cada noche o cuatro veces al día.
- **Hemodiálisis:** se crea un acceso a la sangre durante una operación usando sus propios vasos sanguíneos (fístula), un vaso sanguíneo artificial (injerto) o un catéter. La fístula o catéter se conecta a una máquina que filtra los desechos y el agua de su sangre. Este tratamiento se realiza de tres a seis veces a la semana en un centro de hemodiálisis con la ayuda de una enfermera o puede aprender cómo hacerlo en casa.
- **Una prueba de diálisis:** accede a un número determinado de tratamientos de diálisis o hemodiálisis para luego decidir si realizar la diálisis como tratamiento a largo plazo.

- **Tratamiento paliativo conservador:** usted decide no utilizar la diálisis o la hemodiálisis como apoyo vital. Usted decide recibir medicación y otros tratamientos para los síntomas físicos y emocionales.

En algunos casos es muy fácil para usted y para su equipo de salud tomar una decisión. Por ejemplo, suele ser muy sencillo tomar una decisión sobre la toma de medicación para controlar la hipertensión, porque la evidencia científica demuestra claramente que los beneficios superan con creces los efectos secundarios o complicaciones a largo plazo. Sin embargo, para muchas decisiones sobre los cuidados en la ERC no existe una opción “buena” o “mala”. En estos casos puede sentirse inseguro sobre qué opción elegir o cuáles son los próximos pasos a seguir. Usted puede reducir su incertidumbre mediante:

- La obtención de información sobre las opciones que posee.
- La obtención de información sobre los potenciales aspectos buenos y malos relacionados con cada opción.
- Tener claro cuáles de los aspectos buenos o malos son más importantes para usted.
- La obtención del apoyo suficiente de su familia y amigos para trabajar sobre una decisión.

Es importante que usted sepa y entienda cuáles son las mejores opciones para usted. No dude en **decirle a su equipo de salud que usted está teniendo dificultades para tomar una decisión**. El objetivo es asegurarse de que, para cualquier decisión a la que se enfrenta reciba información:

- **Equilibrada:** tanto los aspectos positivos como negativos de las opciones se explican.
- **Neutral:** no influenciada por las opiniones de los miembros del equipo de salud.
- **Libre de presión:** usted decide la opción que mejor se adapte a sus necesidades, valores y preferencias.

Su equipo de salud le ayudará en la toma de decisiones sobre su cuidado y tratamiento asegurándose de que usted:

- Recibe información que resulta clara para usted.
- **Entiende tanto los aspectos positivos como los negativos de las opciones que está considerando.**
- Siente que sus decisiones son **coherentes con sus valores y preferencias**.
- Siente que tiene suficiente apoyo y asesoramiento para tomar una decisión informada.

Existen otros recursos a su disposición como el Kidney Foundation of Canada (KFoC): www.kidney.ca. El Ottawa Health Decision Centre (OHDeC) ha desarrollado también algunas herramientas y recursos prácticos para ayudar a los pacientes y sus familias a enfrentarse a decisiones difíciles (www.decision-aid.ohri.ca/index.html.)

¡Forme parte de las decisiones que son adecuadas para usted!

¡Pregunte a su enfermera o al equipo de salud en busca de ayuda y apoyo para tomar decisiones informadas que sean coherentes con sus valores y preferencias!

Referencia:

Registered Nurses' Association of Ontario (2009). *DecisionSupport for Adults Living with Chronic Kidney Disease*. Toronto: Registered Nurses' Association of Ontario.

Registered Nurses Association of Ontario
International Affairs & Best Practice Guidelines
158 Pearl Street
Toronto, Ontario M5H 1L3

Website: www.rnao.org

Este proyecto está financiado por el Ontario
Ministry of Health and Long-Term Care