



### La DP ofrece unas ventajas que otros tratamientos no tienen

- Mayor autonomía y libertad
- Menos restricciones en la dieta al ser un tratamiento diario
- Sin agujas
- Mejor para el corazón al ser un proceso suave y lento
- Conserva más tiempo la función residual de sus riñones y así continuar orinando
- Aprendizaje sencillo tras un breve entrenamiento por personal sanitario especializado

### Signos de alarma

Debe acudir o contactar telefónicamente con la unidad de DP o planta de Nefrología si presenta:

- Líquido que drena del abdomen de aspecto turbio y/o dolor abdominal
- Si aparecer dolor, hinchazón o pus en el orificio de salida del catéter peritoneal
- Dificultad para drenar el líquido del abdomen

### Páginas web y teléfonos de interés

- <https://alcer.org/>  
- <https://alcerjaen.org/>  
- <https://escueladepacientes.es>  
- [www.senefro.org](http://www.senefro.org)  
- <https://nephrocare.es>

\* **Ambulancias 953796006**  
\* **Hospital de Jaén (centralita) 953 008000**  
\* **Consulta Diálisis Peritoneal 953008752**  
\* **Secretaría Nefrología 953 008075**  
\* **Alcer Jaén 953 252244**



## Guía breve para pacientes en Diálisis Peritoneal



La Enfermedad Renal Crónica Avanzada (ERCA) es la etapa en la que los riñones funcionan por debajo del 15% de su función normal. Aquí los riñones ya no pueden filtrar los desechos de la sangre ni equilibrar los líquidos del cuerpo lo que podría causar fatiga, hinchazón y náuseas. En esta situación el cuerpo necesita un tratamiento que sustituya la función de los riñones como la DIÁLISIS PERITONEAL (DP).

La DP es uno de los tratamientos sustitutivos para la insuficiencia renal que utiliza el peritoneo como filtro de diálisis (membrana con pequeños poros que recubre el intestino y que actúa a modo de *papel de filtro* dejando pasar las toxinas y el exceso de agua). Es necesario colocar un catéter en el abdomen a través del cual se introduce un líquido especial que absorbe los desechos y exceso de líquido y luego se drena.

La DP también le ayudará a controlar la presión arterial y a equilibrar elementos tan importantes como el potasio, el fósforo y el calcio.

Nuestro objetivo es ayudarle a adaptarse a los cambios en su rutina diaria que este tratamiento conlleva y a preservar al máximo sus calidad de vida. Esta guía complementa la información que recibirá del personal sanitario.



## LO QUE LE INTERESA SABER

### Hábitos saludables



Ejercicio físico adaptado a sus posibilidades

Evitar alcohol y tabaco

Mantener y fomentar relaciones Sociales. No aislarse

No dejar de viajar o ir De vacaciones

### HIGIENE PERSONAL

- BOCA: lavar después de cada comida con cepillo suave y enjuagar con algún colutorio.
- PIES: lavar cuidadosamente con agua templada y secar completamente con suavidad.
- PIEL: utilizar jabón neutro. Usar después crema hidratante (alivia picores). No usar perfumes ni colonias que resequen la piel. Mantener uñas cortas y limpias para evitar lesiones de rascado.

### MEDICACIÓN

Seguir estrictamente el tratamiento médico prescrito, tanto en cantidad como en horarios, así como las indicaciones de su médico y enfermera/o.

### HIGIENE Y CUIDADO DEL CATÉTER PERITONEAL

- LAVADO DE MANOS.- es el paso más importante. Debe durar entre 40 y 60 segundos con jabón neutro antes de cualquier manipulación
- ENTORNO LIMPIO.- es importante disponer de una habitación limpia sin corrientes de aire y sin mascotas presentes
- CUIDADO DE ORIFICIO DEL CATÉTER.- mantenerlo limpio y seco revisándolo diariamente
- BAÑO.- se recomienda ducha en lugar de inmersión (bañera o piscinas) para evitar gérmenes en aguas estancadas



## ALIMENTACIÓN

**INGESTA DE LÍQUIDO Y PESO:** es importante que controle el líquido que ingiere. Si el riñón ha perdido la capacidad de eliminar orina, todo el líquido se acumula en el cuerpo provocando aumento de peso, hinchazón e hipertensión. Se considera líquido el agua, sopa, leche, frutas, café, etc... Puede tomar al día tanto líquido como la cantidad de orina diaria + 500cc.

**POTASIO:** muy peligroso para enfermos renales.  
¿Dónde se encuentra?



Frutas

Verduras

Frutos secos

Legumbres

### CONSEJOS PARA REDUCIR LA INGESTA DE POTASIO

**Verduras:** cortar y dejar a remojo al menos 6 horas. Una sola cocción es suficiente, desechar el agua. No utilizar el agua para caldos o purés. Asar las verduras también elimina el potasio.

**Fruta:** sólo está permitida una pieza diaria. En compota, almíbar, hervida, asada o al horno permite eliminar parte del potasio.

**SAL:** evite la sal (especialmente la sal de dieta, que está hecha con Potasio) con ello mejorará la tensión arterial y la sensación de sed.

**FÓSFORO:** No abusar de lácteos ni de chocolate. Se permite un vaso de leche/día.

**PROTEÍNAS.-** es posible que se le indique aumentar el consumo de proteínas de alta calidad como las claras de huevo ya q que se pierden pequeñas cantidades durante el proceso de diálisis

Aplicaciones como PUKONO o NEFRODIET pueden ayudarle a seleccionar los alimentos más seguros