

Consejos dietéticos para pacientes en hemodiálisis

Ana Rebollo Rubio, M^a José Pinilla Cancelo, José António González Castillo, Francisco Javier Gaspar Postigo, Sergio Antonio Granados Camacho, M^a José Ramirez Alda

Hospital Regional Universitario Carlos Haya de Málaga. Málaga. España

Introducción:

Dieta en griego significa "manera de vivir" y es que la comida juega un papel muy importante en la vida de toda persona. El paciente con enfermedad renal crónica terminal que inicia hemodiálisis debe conocer que la dieta forma parte fundamental de su tratamiento. No existe un único plan de alimentación correcto para todas las personas con enfermedad renal crónica. Por todo esto hemos detectamos la necesidad de elaborar de una manera sencilla y clara un tríptico que resumiera de forma concisa lo más importante que debe conocer el paciente que inicia hemodiálisis.

Material y Método:

Tras revisar la literatura existente y contando a su vez con la opinión de profesionales expertos en el manejo del paciente renal, elaboramos un documento en el que se incluyeron cuatro apartados con los alimentos considerados más significativos a tener en cuenta por nuestros pacientes.

Resultados:

Se incluyeron la ingesta de líquidos y el control de sodio, fósforo, calcio y potasio, así como consejos para elaborar sus menús, saber que comer fuera de casa y como tratar los alimentos previamente antes de ser consumirlos. Todo esto de forma muy breve y fácil de leer.

Discusión:

Nuestro objetivo principal ha sido que la información entregada a los pacientes no se basase en información negativa y con grandes restricciones, con el fin de que el paciente comprenda que de forma moderada y sabiendo cómo hacerlo pueden llevar una dieta prácticamente normal. Al entregar la información a nuestros pacientes lo hacemos de forma personal, modificando o resaltando aquella información que sea específica y/o explícita para cada paciente.

Conclusiones:

Con nuestro trabajo pretendemos que el paciente con enfermedad renal crónica que inicia hemodiálisis conozca la alimentación más adecuada para esta fase de su enfermedad. Hemos observado que la información acerca de la dieta a través del tríptico disminuye el grado de ansiedad que sufren nuestros pacientes ante el cambio de vida que supone el inicio de la hemodiálisis.