

A photograph of a person from the waist down, wearing a light-colored, short-sleeved button-down shirt and light-colored pants. They are holding both hands on their lower back, indicating pain or discomfort. The background is a blurred indoor setting with a dark vase on a table.

Lupus y los riñones

El lupus afecta a diferentes personas de diferentes maneras. Muchas personas con lupus tienen problemas con los riñones.

¿Cómo afecta el lupus los riñones?

Los riñones filtran las toxinas y el exceso de agua de la sangre para producir orina. También ayudan a controlar la presión arterial y a mantener el equilibrio adecuado de sales, ácidos y minerales en la sangre.

El lupus puede causar una enfermedad renal llamada **nefritis lúpica**. La nefritis lúpica es una inflamación en los riñones que puede hacer que dejen de funcionar. Cuando los riñones no funcionan bien, se acumulan toxinas en la sangre y exceso de agua en el cuerpo.

¿Cuáles son los síntomas de la nefritis lúpica?

En las primeras etapas de la nefritis lúpica, es posible que no note ningún síntoma. A medida que la enfermedad empeora, puede causar los siguientes síntomas:

- **Hinchazón** (generalmente en los pies, los tobillos, las piernas o la cara)
- **Orina espumosa**
- **Orinar con más frecuencia de lo habitual**, especialmente de noche
- **Presión arterial alta** (hipertensión)

Otros problemas en el aparato urinario

Además de la nefritis lúpica, el lupus y los tratamientos para el lupus pueden aumentar el riesgo de otros problemas en el aparato urinario (el sistema que produce la orina), como **infecciones de las vías urinarias**.

Su médico puede hacer pruebas para determinar si los problemas en su aparato urinario son causados por el lupus o por un medicamento que esté tomando para tratar el lupus.

¿Qué es la inflamación?

La inflamación generalmente ocurre cuando el sistema inmunitario está luchando contra una infección o una lesión. Sin embargo, el lupus hace que el sistema inmunitario ataque el tejido sano, y eso puede causar inflamación en muchas partes diferentes del cuerpo. La hinchazón es un síntoma común de inflamación renal.

Help Us Solve
The Cruel Mystery

LUPUS[™]

FOUNDATION OF AMERICA



Tenga en cuenta que cualquier medicamento que tome para el lupus puede tener efectos secundarios. Consulte con sus médicos acerca de los cambios que se puedan presentar con los medicamentos que está tomando. Informe a su equipo de tratamiento inmediatamente si tiene algún efecto secundario.

Cómo saber si tiene nefritis lúpica

Dado que la nefritis lúpica al principio puede no causar síntomas, es importante que las personas con lupus se hagan pruebas para detectar problemas renales. Un médico especialista llamado nefrólogo puede determinar si tiene nefritis lúpica u otros problemas en su aparato urinario.

Es posible que necesite diferentes tipos de pruebas, que incluyen:

- **Análisis de orina** para chequear la proteína en la orina
- **Análisis de sangre** para verificar qué tan bien están filtrando los riñones las toxinas de la sangre
- **Biopsia de riñón** para verificar si hay inflamación y cicatrización en el tejido renal

Cómo encontrar el plan de tratamiento adecuado

Los problemas renales pueden ser graves, pero hay muchos medicamentos que pueden tratarlos. Sus médicos pueden ayudarle a encontrar un plan de tratamiento adecuado para usted.

Si sus problemas renales causan insuficiencia renal, necesitará un tratamiento llamado **diálisis**. La diálisis usa una máquina para filtrar las toxinas y el exceso de agua de la sangre. También es posible que necesite un trasplante de riñón para reemplazar sus riñones.

Coma sano

Elegir alimentos y bebidas saludables puede ayudarle a proteger sus riñones y controlar los síntomas de la nefritis lúpica y otros problemas renales.

Ensaye estos consejos:

- **Consuma menos sodio** (sal) para ayudar a controlar la presión arterial y reducir la hinchazón
- **Consuma porciones más pequeñas de alimentos con proteínas**, como carne y lácteos
- **Reduzca el consumo de alimentos con grasas saturadas**
- Si toma alcohol, **hágalo con moderación**

Si tiene problemas renales graves, es posible que también deba limitar la cantidad de líquido que toma o la cantidad de ciertos minerales en los alimentos que come. Consulte con sus médicos para hacer un plan adecuado para usted.

El uso regular de medicamentos antiinflamatorios no esteroides (AINE), como el ibuprofeno, puede causar lesión renal. Si tiene problemas renales, consulte con su médico sobre las formas de tratar su inflamación relacionada con el lupus sin usar AINE.

NATIONAL

**Resource Center
on Lupus** ■

by Lupus Foundation of America

Para obtener más información sobre el lupus, visite el
Centro Nacional de Recursos sobre el Lupus en:

[Lupus.org/es/Resources](https://www.lupus.org/es/Resources)